SI TANG MEUNG VAX

လိၵ်ႈငိုၼ်ခၢဝ်, မိူင်း'ဝ'

佤 邦 新 闻

佤 邦 新 闻 局 主 办

CUB CAW PA GIEX KRAX KAUX CONG MEUNG LIEM MAI MEUNG VAX KUM NGAWM MAI PAOX SON THIEB THIE PUI YUH KAING PHIT LUD.

ၼေႃ,ႁူမ်,လူမ်,ၸေ,တွၼ်;မိူင်းလိမ်းၶလ; ၼေႃ,ႁူမ်,လူမ်,ၶဵမ်သဝ်း မိူင်း'ဝ'

ၸတ်းပၢင်ၵုပ်,ၵုမ်ၵၼ် တႃႇ,ႁူမ်,ၸိုင်းၸွႆတၢင်းၵၢၼ်ႁူမ်,လူမ်,ၶဵမ်သဝ်းၶွၼ်းၵၢင်ထွၼ်မိူင်း

Bang kum paoh pa giex krax kaux cong Meung Liem meung hawx mai hak tiex Meung Vax yuh tix daux nyiex bang kum cub ching chax Meung A(ngax).

2013 num khix 6 – 9 ngaix plak ngawb (8) taix na ri:, bang kum paoh cub caw pa giex krax kaux cong Meung Liem meung hawx mai hak tiex Meung Vax, paoh tix dee ot cub caw pa pau diang: Meug A(ngax) Meung Hawx.

Pa viex buan son son: Meung Liem meung hawx pa yuh fux siien cang, caung fax woe fux shu chi, pa yuh kong ang chiux chiux cang Wu Kawx Long, pa yuh fux chiux cang Yaox Taux Liang, Ai liang, fux ceung woe Kawx Ciang: Hong, khawm pa viex buan son ka cub caw pa giex krax kaux cong daux Meung Liem siian ku cub ku caw hoek laik daux bang kum an.

Pa viex buan son son: Meung Vax : pa yuh fux shu chi daux see fax woe, pa yuh cing chax chiux chiux cang tax Cao Ai Tao, fux chiux cang Ai Phing, ta tiu cang daux ci chax ta tiu Cheung Nyi awng, pa yuh fux chiux cang daux cing cax chiux lum pang kham Sang Eung, pa yuh fux cu reung daux pang kong seex daux cub pa yuh krax si toe mai plak praix Lawx Chee Yung, khawm pa viex buan son son: pa ot ka ciao cing, Sing Ceung khaw, cee ang khaw an khan kix, daux see fax woe ka hoek laik yam an khawm mu.

Ot daux ngawm kix tau bawg in, kix khawm ra plak hoik lai sah sawn kaing: pa hoik yuh mai paox daux glang in kix, hoik lai sawn dee kub dee cud, lai sah sawn krax sang nhie: sau riang: mai paox si voe ngai.

Yam ngawn tau, pa yuh fux siien cang: daux Meung Liem, kong ang chiux chiux cang daux Meung Liem meung hawx Wu Kawx Long, nawh hoik bre tix krai lao son ting cau kaing: pa yuh kix son si ngeh si ngiiem krax ot grawng koe ka kawn rai: peu sin, si mhie: ot khaix in sax, khawm ra plak nhie: sau riang: piang: krax pa hoik yuh tau daux glang ka si voe in, lai tawx lox ah si kah krai mai paox, yuh krax hoek hu tau si cheeng, thie: krax pa yuh nhie: haok huan mai paox, tawx riang: rao son haok huan si ngeuh ot kawn pui khawm ra plak.

Pa yuh fux shu chi daux see fax woe Meung Vax cing cax chiux chiux cang tax Cao Ai Tao ka viex buan son krai lox yam an, ot khaix hoik nab yam nawh krax kaing: pa hoik yuh khawm ra plak mai paox, ka kawn krai lao grawng ting: pa keud cao kaing ting Meung Vax son krax kaux cong in khawm mu. nawh ka si mhie: khawm ra plak, nhie: sau riang: rao mai paox son krax kaux cong si voe ngai, sau riang: yuh krax thieb tie: ka pa yuh krax phit krax lud an khan kix khawm mu.

Ot daux bang kum pa yuh kix tau bawg in, ot krax lai nab yam kix ka pa tat sawn been kaux cong khawm ra plak, kix hoik yuh tix grum lox ka krax grawng pa khaw tix yuh tau si voe ngai, khaix hoik lai tawx kix krax kaud rhawm sawn ku kaux ku pui, pa mawh cao kaing ka piang: kix tawm pawd lai yeen cum ka piang: mai paox ka krax kaing: pa khaw kix tix lai yuh lai teem paox ka daux kaing: pa yuh si voe ngai.

Bang kum pa yuh kix mai paox hoik daux lox mhawm chawm khaw, mawh riang rao son kaing: pa yuh tau si voe ngai.▲

Phan sang tawx pex lai khawm riang in kix dee mhong lox yaox riang meung wa, chix tix tawx hu daux in ~ hwanhawm@gmail.com
hwanhawm@gmail.com

Pa Thung bung son kaing kuad song yuh bang kum mai paox daux veng Pang Sang.

Pa thung bung son kuad song yuh krax kum ngawm mai paox daux veng Pang Kham.

son sang kieh cao kaing cao kham daux vawng: nie: tawng yung ka krax ot grawng koe kawn pui plak greem, ot ka sang hoek si ngaix pluat tik piang meung ka pa yoek pa awp, pa thung bung son kuad song kix tawm khrawm tix yuh krax kum ngawm mai paox daux Pang Kham daux nyiiex bang kum pui hun lawg bang ku cub caw kix.

pa yuh fux cu six tax Sam Kap, tax Rong daux kix kuad song, pa yuh mi shu cang tax Pleek, khawm pa bung lox kaing: tax Li Ceu Chao, tax Nyi Caw.

krax kum ngawm pa yuh kix mawh mi shu cang tax Pleek cao bung mai krai lao grawh grawng lox pa sang si law kix bawg in.

ot yam kum ngawm kix mai paox, pa yuh fux cu six tax Rong, tax Sam Kap khawm tax Li Cee Chao, tax Nyi Caw in kix hoik lai tawx rhawm kaud ngai jhak son kaing ku blawng, kix ka hoik yung yi, hak tiex Meung Vax, kaing: ku blawng kawn ot khawm khaw tix cox yuh haok khawm mu, sang yuh tawm mhawm plak piang: kawn khaw tix koe krax kaud krax tat ka piang.

ot daux kum ngawm kix tau bawg in, kix pui ku kaux hoik lai tawx krax kaud ngai sawn tix khawm mu, ot khaix hoik lai krai sawn kix nawh ku kaux ku pui, kaing: pa si du lox ah si kah krai: kix ka, kix sang pawd mawh lai krai mawh lox, tawx ka plak piang:, kieh kix koe krax tawng krax yung kah mai sah sawn grawng sang nie yuh nawh mhawm si voe ngai.

bang kum pa yuh kix yuh tix daux lox mhawm jhawm khaw khawm mu . ▲

Nyiex gau lai daux veng Pang Sang yuh krax rieb grawng hoek si ngaix vaw kawn iak piang meung.

Yuh nyiiex gau lai veng Pang Kham yuh krax riieb son vaw: kawn iak piang: meung khawm mu.

jauh daux khix phuan 30 ngaix – 31 ngaix, ot ka sang hoek vaw: kawn iak piang: meung, nyiiex gau lai-daux veng Pang Kham ku dauh hoik da tix yuh krax si goek, viex kawn nyawm gau lai-daux tix yuh krax sig aux son rieb hoek vaw: kawn iak piang meung.

2013 num khix phuan 30 ngaix plak bo, nyiiex gau lai Phong Chaix mai cawng kawn doe kix greem tix yuh klieh tau, nyiiex gau lai Phong Chaix, fux pu cang daux cub pa giex been krax lhak haing tax kuad Sut, shu chi: daux lum Pang Kham tax Pi Ti khawm paox nyiiex kawn iak pa gau lai dee an, pui hun pa ot praok nyiiex gau lai kix hoek tix jhak klieh pa yuh kix daux bo an.

Ka sang yuh kix klieh, pa yuh siao cang daux nyiiex gau lai kix Tuang Cheung Chaix, viex buan son daux nyiiex gau lai ah lox gaux rhawm, si mhie: kawn iak daux nyiiex gau lai kix ku kaux brax kua si goek daux vaw: kawn iak piang: meung, ah lox laoh lhie: ka pui tawx krax gaw sawn ka nyiiex gau lai kix ku kaux ku pui cao kaing khawm mu. si mhie: klieh pa yuh kix bo in koe cau ting grawng.

Khaix an, shu chi daux lum Pang Kham tax Pi Ti viex buan son kix daux lum Pang Kham ah lox si goek ka kawn iak ku kaux, si mhie: kix sau riang: daux lai pa gau, yuh tix mawh pa laoh son haok huan hak tiex nyiiex ma si voe ngai.

Tax kuad Sut fux pu cang tawm viex buan son paox nyiiex kawn iak khawm mu ah lox si gaux son kawn iak an kix, si mhie: kix lung lhax brax kua, gau lai tawm mhawm, ka ah lox laoh lhie: ka sara cao gau ku kaux, hoik tawx kix riang: rao son haok huan krax gau sawn hak tiex Meung Vax, viex rhawm rhi tix gau kawn iak mhawm mhawm.

Pa viex buan son ka pui plak praix ka tawx lox ah si kah krai yam an, kix ka daing yaog yaw krax sau nyiiex gau lai Phong Chaix riang: rao son lhak haing nyawm gau lai ka daux tix, si mie kix nie: sau riang: khaix in, phauk gau pa laoh pa lhie: son haok huan Meung Vax miex nyao.

Kawn nyawm nyiiex gau lai Phong Chaix mai pa yuh klieh cawng kawn doe, kix hoik yuh paox nyiex, miex keeing kawn iak mai pui hun kix yaox klieh ku cau ku cawng, hoik si goek si bua ngie.

Plak ngawp ngaix khaix, ot krax sah sawn cao kaing nyiiex gau lai, kawn nyawm gau lai daux kix khawm mu tawm yuh si laih ka yuh chao, krax viex kawn iak yuh chao in kix ka mawh son kieh kix brax kua mhawm kaux hak. kix ku cub hoik viex rhawm rhi daux krax si laih pa yuh. ot daux krax pa yuh kix ngawb an, bun sara cao gau mai kawn bun gau lai pa roi ting: an kix, kawn yuh si laih mawn plix chiux mai paox, nyawm gau lai ngawm praok tawx riang: ka kix khawm mu.

Ot ka daux si ngaix in, nyiiex gau lai -daux veng Pang Kham khawm mu, kix hoik tang lai viex kawn nyawm gau lai daux tix yuh krax si goek ku cau ku cawng, daux nyiiex gau lai ku dauh si ngaix an hoik si goek si bua ngie, kawn nyawm an kix ra kaux khrawm tix mawh ti cub, loe kaux khrawm tix mawh ti nyawm, kix hoik hu cau tix yuh krax si goe pa yuh daux si ngaix an ku cau.

Ot krax thung daih sara cao gau, nyiiex gau lai ku cub kix hoik viex kawn iak gau lai yuh si laih ka mawn plix chiux, met kax, thox ngai kip nam oi, khat riang: pui an khan kix, hoik daing haoh cau hun grawng, hoik mawh cau pa muih kawn iak an kix tix yuh krax khawm mu, kawn iak gau lai ku kaux hoik sig aux si goek daux vaw: to cao tix. ▲

Cao pu pliak lai ~ Sam Sang. Sang Kaw. (Editor) 侃译/三木桑傈译/倫.果

Khrawm kru naing 418 kaing yuh Daux ti plak 2013 num.

Khrawm kru naing: 418 kaing: pa yuh daux ti plak 2013 num daux cawng lien Yaong Ting

Hawt lox ah si kah tawx plak piang:, mai tang hawt diak du grawng ot cub caw:, ot daux 2013 num khix 6 – 10 ngaix hoek 11 ngaix, kru naing: 418 khrawm tix yuh bang kum son khrawm kaing: pa yuh daux ti plak 2013 num. cao kaing daux kix pa yuh ceung woe Li Cai Yi, fux ceung woe Cao Sam Shiu, fux lhiux cang: Si Reung, cawx cang: chux chux cang: woe Ai Sang:, pang kong seex cu reung Pao Ai Sang:, fux cu reung Ai Chiang, cawx cang: chux fux chux cang: Ai Meung,Ai Tao, Nyi Khaw khawm cao kaing daux tab mee liien cang: haok plak piang: hoek laik daux bang kum an khawm uik.

Hawt krax guah son bang kum pa yuh bawg in, ot daux 2013 num khix 6 – 10 ngaix plak ngawb, caw: tix mawh ceung woe daux kix tax Li Cai Yi pa viex buan son kix cao kaing cao kham daux cub, ngaox lox ah si kah krai ka sang khrawm kix kaing: yuh ku cub, tax Li Cai Yi ah nin, ti plak num bawg yam hoik luan phao, ot daux ti plak num in, daux kru naing: cub caw: hoik hawt lox ah si kah krai: num lien Meung Vax, hoik pon tix si dauh kaing si daing praok ka krax phauk gau pa yuh, kaoh khaix hoik yuh krax phauk gau bawg in, lien khawm cao kaing daux cub, hoik nhie: koe krax tawng: yung ka krax ot kaing: pa sang yuh tix, hoik thie: krax lhak rhawm sawn ka to cao tix miex nyao.

Li Cai Yi ceung woe ah nin, khrawh khrawm kaing: pa hoik yuh, mawh son sang kieh kaing: yuh si voe ngai nie: ting: cau lih grawng, jhak dee ang nyang kub, khee nan, Li Cai Yi ceung woe tawm mhaing plak greem ku tab bre hawt diak du krax ot, khrawm kaing: pa hoik yuh tix mhawm uik, bre tix hawt lox ah plak piang: sawn pa yuh krax ot si dawng ku plak.

Ot daux khrawh khrawm kaing: pa yuh bawg in, Li Cai Yi ceung woe si mie: pui ku kaux jauh ka cao tix, lai gau lai sawn mai paox, teei dee mhawm pui, cox dee cud cao tix, yuh tix grum haok grum huan daux kaing: chaw pa yuh tau si voe ngai, ka ngoik, Li Cai Yi si mie: bang kum pa yuh kix bawg in koe grawng lih cau.

Jauh daux 2013 num khix 6 – 10 ngaix plak ngaix hoek 11 ngaix plak ngawb, pa ot plak greem ku cub ku caw lai ploi pa viex buan son haok ngaox lao kaing: pa yuh ku cub, koe kix ti nga ra cub, ot daux ngaox lao kix kaing: chaw pa yuh, kix ka hoik da tix sah sawn kaing: pa sang yuh si voe ngai. kix ku cub ka hoik yung yi, kix sang nie: sau riang: greem lox ah si kah tawx plak piang:, ot greem thung bung cao kaing daux cub, kix sang sau riang: tix mai kawn pui Meung Vax ku cau, son yuh hak tiex Meung Vax mawh dee laoh dee lhie: haok huan ti dauh. sau riang: ka daux kaing: pa yuh, bre tix pau mee hak tiex Meung Vax tawm mhawm, son kieh kawn pui Meung Vax nyawm kaing: nyawm chaw:.

Plak ngaix daux kao tix ngaix, kix tawm nghoik ka bang kum pa yuh tix, ceung woe Li Cai Yi, fux ceung woe Cao Sam Shiu, fux lhiux cang: Si Reung, chux cang: Ai Sang:, pang kong seex cu reung Pao Ai Sang: in kix hoek laik daux bang kum mai tawx lox diex.

Ot daux bang kum nghoik kix, pa yuh fux ceung woe Cao Sam Shiu viex buan son kix cao kaing daux cub pawk lox ah si kah si mhie: plak greem ku cub ka daux ngaox lao tix kaing: chaw pa yuh, nawh mhaing kix ku tab, kham krax cud krax cha, nie: sau riang: ka daux kaing: pa yuh awm glang ka si voe in, yuh tix pon hoik beeih glawm pa tawx plak piang: ka tix khawm mu.

Ot yam an, ceung woe Li Cai Yi, fux lhiux cang: Si Reung, chux cang: Ai Sang:, cu reung Pao Ai Sang: in kix ka baox thie: tix tawx lox ah si kah si diex ku plak, kix si mhie: cao kaing khawm lien ka daux tix, kaoh khaix yuh krax phauk gau bawg in, koe krax thie ka rhawm kaud rhawm sawn, kham krax cud krax cha, sau riang: rao mai paox ku kaux ku pui, bre tix hawt lox ah si kah tawx plak piang: pau mee hak tiex to cao tix mhawm mhawm, ang kieh pui cax klawng heem kheem rawm nyaux, yuh riang: rao tix ku kaux son nyawm kaing: nyawm chaw kawn pui Meung Vax, nghiet lox ah si kah krai plak piang: cao kaing tix kix, yuh krax grum rhawm grum rhi mai kawn pui daux hak tiex Meung Vax ku cau mai yuh krax grum rhawm praok tax kuad pang si miang: ting: ex kix, tawx riang: rao tix son kaux cong haok huan Meung Vax ling ju: ling phan.

In mawh sitang pa tawx shiu sing daux kru naing 418 .▲

Bang kum ngaox lao son sau riang yuh kaing plak sum ma koi haok huan

Grawng ngaox lao son sau riang: plak sum ma koi priex gawng: khaox rawm niem: yuh tix daux Pang Kham.

Son sang bre tix hawt lox ah si kah krai plak piang so sau riang: plak sum ma koi, priex gawng: khaox taoh rawm, sau riang: eei: brie: khawng, yuh tix koe priex ih mau cai an kix khawm mu. daux glang in kix, cub pa sah sawn plak ma koi rawm niem: hoik lai lih daux Eeng Mang Leen, greem kaung Meung Mau, kaung Meung Pawk in kix ku deuh ku dee, tawx krax si diex gau ka kix son plak sau riang: son ma koi in kix khawm mu. ot daux 2013 num khix 6 – 12 ngaix, cub pa lih plak greem pa yuh shiu lix chux chux cang: Li Nyi Cing, ling yiiex chux chux cang: Wuang Kawx Ceung, nong yiiex chux chux cang Cao Nyi Aw: in kix, plak ngawb daix taix na ri: hoek daux veng Pang Kham, kix tawm yuh bang kum mai cao kaing cao kham daux veng Pang Kham. ngaox lao kix mhong tawng lox ah si kah si diex plak piang: son sau riang: plak sum ma koi, priex gawng: khaox taoh rawm.

Pa ot daux nong yiiex pu pa lih plak greem Li Nyi Cing, Wuang Kawx Ceung, Cao Nyi Aw an kix hoik bre tix krai plak lox Vax, lox Hawx, lox Siiem son sang sau riang: plak sum ma koi priex gawng: khaox in kix ku plak, si mie: hawt lox pa tawx plak piang: son shiao hak tiex in kix hu yuh kaing: ku plak, mai thung bung kawn pui son.

Ot daux bang kum, ka kawn phat ah kix mhong tawng lox pa tat son shiao hak tiex khaox ox in kix ku grawng, ot khaix in sax, ang lai pon tix luang kid khaox ox, phan sang shiao kawn caw: tix chawk plak piang: kah, tawm hoik cu, tawm hawt diang tawx, ka hu kid tix shiao, ku cub ku caw: ka mawh nan, ang lai pon tang khaing paox. yuh nan, mawh son sang kieh hak tiex Meung Vax kaux cong mhawm haok.

Ot daux bang kum, tax Pi Ti shu ci:, Sang: Mawng chi cang:, A Chiang fux chi cang: in kix ka hoik baox tawx lox si diex ku plak, si mie: cao kaing plak greem ku deuh, ot yam deeh hoek gawng ot bre tix ngaox lao kawn rai peu sin mhong tawng:, mhaing bre hawt lox tat plak piang: ku plak.

Cao kaing daux lum Pang Kham pa kawn hoek laik daux bang kum si ngaix an kawn koe fux shu ci: Thiien Ai Ka, Ai Hang, fux chi cang Ai Kaw, Ai Ku, pang kong seex cu reung Sang Aw miaox. khaix hoik nghiiet kix grawng pa tat plak piang son sau riang: plak sum ma koi priex gawng: khaox taoh rawm, kix cao kaing daux lum Pang Kham kawn yuh krax gau sawn ka lox pa tat plak piang: son pluat tik pa yoek pa awp, ka mawh son kieh plak greem tawng yung khawm mu, mai priex rhawm ka daux kaing: pa yuh.▲

Lox Kab tawn Si gang lih

Ruing paing: paw pa tuh si gang ,
Klang paing: priung pa tot si maox .
Yam kaoh ex khaing si ngiien rang ,
Ex kawn ceep pot kiiep lhax lai ,
Yam kaoh ex khaing si gang lih ,
Ex kawn ceep pot dai lhax tux .
Si git rang mawh nyiiex ti lhang ,
Si gang lih mawh prang ti mu .
Ex dawg mawh kix kawn keet ti mheem,
Ex dawg mawh kawn moi ti kawg .
Ex dawg mawh paox aik kawn keeing ,
Ex dawng mawh paox o kawn miex .
Lox ang tang , rhang ang si yox .
Phuan paox awm maox hung ,
Khrawm paox yaung eep kuad .
Lung rhang grum ngiah , luah caong grum hu .
. . . .

Lox klieh lin

Ux ia mai dang, grang yaong mai klieh.
Mawh puing pieh pa reug yuh rum,
mawh Klih lin pa mhawm yuh praix .
Mawx ang puing ang pieh khrum loi ,
Mawx ang klieh ang lin voi: rhawm .
Koe puing pieh tawm vah si gang .
Koe klieh lin tawm loi hak tiex .
Ang pui sax ih kih ngoih yau: ,
Ang pui sax ih mau ngoih klieh .
Puing pieh pui khawm sim si kaux ,
Klieh lin pui khawm laux si miang.
Lox ting: mu ang nyawm tix nghiiet ,
Klieh daog yaong pa laux yuh yaong .
Sub ti gawng lai loh paox boe ,
Plai ti le lai loh paox nyaux .
Sah paox ka lox awn,
sawn paox ka lox lhak .
Hoek yam puing ex nhiiep ang pieh ,
hoik yam klieh ex nhiiep ang lin.
Lung rhang tawm grum ngiah ,
luah caong grum hu .

Lox Kab Vax
Pa Pawd Sam Sang.

▸Lai Vax caw tix mawh Vax,
Pa tat been yeen taix.
▸Phan Vax hoik ah caw,
Paw vi lai raw.
▸Phan sang chix lai Vax, Caw tix chawk Sara Vax.
▸Paw lai lheu lox cub pui hun,
Paw lai cu lox cub pui tux

Lox Jah

Kawn Vax mawh ceu kawn pui haktiex nyiex yaong tax guah yiex luan pa hoik rheeng pang lang koe, pa mi pa laoh, pa vieh pa va piang hak tiex tix ceu. Mawh ceu kawn pui laoh kah kaing, daing ka lox, riex riang brax kua: ka kaing ka jhaw, khaw lox tawm:, mhawm lox krai, mawh ceu pui hun ka graoh haoh ka ngeei, koe rhawm ka puing pieh klieh lin heue.

Tom yam kaw tiex tix loi, yam kaw moi tix bawk, yam kaw raix tix pang, yam kaw rang tix peem, tom yam kaoh khaing daux Singien Rang Sigang Lih dix, tax guah yiex lih eu pui Vax, hoik dawg koe ka piang haktiex hoik mawh kaing: reng kaing: mheen num. Jah tom yam an hoek tom in singaix, kawn Vax pa haoh pa hun, pa ton pa lheu, ot ka daux yuh kaing yuh jhaw, viex rhawm lhak rhawm lhiao, tang hoik yuh lig lai mhai ce cuyi pingnya cie tix koe. Kieh pui ceu cie tix kaux rong cong nyiex, nyawm puing nyawm pieh, nyawm kliex nyawm lin, kieh ex kawn pui mawh lox tix gum cum tix mu, tuk taix dai caong paox tix, ih rhawm rhi khri mau paox tix khawm ot daux kaing daux jhaw. Lig lai mhai ce, cuyi pingnya pa hoik yuh ex kawn Vax daing haoh daing nie, daing mhawm ting ngawh, hoik mawh ploi si ngi, khri luk lak ka daux lig lai mhai ce can kawn pui ku ceu heue.

Lig lai mhai ce mawh blawng een tax, rhax sum keeing ex kawn Vax, awm been lao, jhawm kab, lox ngeei, lox diex lox gau, lox prie ex mai pon tix totiak totu, ang joeng mawh in khaing, kawn haoh ceu, hun grawng, ang uik simin jieh simi ceu, can lig iai mhai ce kawn Vax in kix, tang koe dee mhawm, tang koe dee ting ceu ao min awm paox tix. Tang chix tix mawh lik lai mhai ce tang lox si-yox ceu khaing paox tix, toh lawk khri, singi lawk shieang daux lig lai mhai ce yuh kawn pui ka pi-ang ca haktiex heue.

Viang mawh nan, glang ka sivoe in dix, mawh jao ot ex daux been prim, been faik, been saik been song, ex kawn Vax yaox krax gut kaing: aing ngai, ex tom ang koe lig koe lai mawh pui hot duk ngai:, mawh kheu nan, simie prim ex tom sang pruat, lox deuh kuad ex tom sang grai:, ex tom lheut yaung daw, aw yaung dux, ex pui Vax tom lih tix mawh ceu pui dah lig lai mhai ce, cuyi pingnya, dah ka-ing dah jhaw khaing ceu kawn pui ka piang ca haktiex tix ceu heue.

Vaig kawg tax ex sibaug lang, rawm nyaux yiex ex si-gang keut, rhoi deuh tax, krax prah keeing, lox tawm keeing ex piang tai griex, lox krai miex ex piang tai nghoe, tawm ex paog fa ih guh, yuh tix ih kaing, lox tawm kuad ah, Lao kawn pui ang soh ih brum, pie sim seet kawn tuah ih gai, lao kawn pui ang sum ih nyiex, pie klang lai: kawn kraix ih mheem." Mhaing ex hu tix ih ma gha tix ih kaing. Ca mawh can ceu lig lai mhai ce pa deuh pa prah tax yiex miex keeing ex in kix, can ceu pa chix daok ex huan, muan ex ting, ceu pa chix kieh jheeh ex awn, sawn ex lhak in kix uik, mawh singgao pa ting ceu, ngawh jum pa hoik deuh tax yiex miex kee-ing ex dix, ex caw yaok nawh koe ceu, yeu nawh koe jhawm, ang pon kieh yeet yai grai yien, paw doh dha rhawm tiam ngai: kah heue. Simie prim ang pon kieh pruat, lox deuh kuad ang pon kieh grai, ex caw riam riex priex mhawm, Caw tiem daux lai mhai daux ce, giex nawh tom kian:, mian: nawh tom siet, jawg kie daux man luat, puag daux man pre, vien ka niex, priex daux rhawm tix leeing lang ju, kieh kawn Vax lai plut moe toe ju, kieh kawn Vax plix ku kak lhak ku kaux, kieh lik lai mhai ce kawn Vax pruih lawk tai lai lawk rawm, kieh lig lai mhai ce cuyi pingnya rhawm lhak rhawm lhiao kawn Vax ka piang haktiex nied tix haok huan heue.▲

ဖၚ၊,ရူမ်,လူမ်,ဆီမ်သဝ်းမိုင်း"ဝ" ဂူ၊,ရူပ်.ထူပ်းကုပ်,ဂုမ်ဂၼ်လွမ်း ဖၚ၊,ရူမ်,လူမ်,ငလ,တွၼ်ႈမိုင်းလ်မ်း တိႈမိုင်းငျ. လိုင်ႈမိုင်းငခ.

ဖဵ်,ရွမ်,လူမ်းဓလ,တွၼ်းပိုင်းလိပ်းလိုင်း ပိုင်;ခခ,ငလ; ဖဵ်,ရွမ်,လူမ်;ပိုင်း'ဝ' လတ်: ပၢင်ကုပ်,ဂုပ်ဂၼ် ဂီဝ်;လူရုံ;လွင်; တ၊,ရွပ်.ပိုဝ်: နိုတ်းဂၼ်ရွမ်,လူမ်;ဆိမ်သဝ်းပိုဝ်းဓးေ။

ပိုဝ်:ဝၼ်းထိ(၅.၆.၂၀၁၃)ပွတ်းၼ်ှ(၈) ပူင်:ဓၼ်. ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်းဓလးတွၼ်းပိုင်းလိပ်: ငလးဖဵ်,ရွမ်.လူမ်းပိုင်း'ဝ' လတ်းပၢင်ကုပ်.ဂုပ်ဂၼ် ဂီဝ်:လူရုံ: တ၊,ရွပ်.ပိုဝ်:နိုတ်းဂၼ် ရွမ်.လူမ်. ၼ်ှ:ဂၢင်သွင်ပိုင်းပိုဝ်:ဓးေ။ လတ်းတပ်:တီ:ရွင်: ပၢင်ဂုပ်ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်းပိုင်းငေ, လိုင်းပိုင်းငခ.။

ဖဵ်,ပိုင်းငခ. ဂၼ်ၼိုၼ်းရွတ်.ပၢ:ဝီ:- ဂီပ်ဖူ;ဂွၼ်: ဓလးတွၼ်းပိုင်းလိပ်းငလ: ဂီပ် ဖူ;ဂွၼ်:ရွင်းဂၼ် ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်းပိုင်းလိပ်: ဂူ,ဓဂ၊,လူင်:၊ ဂီပ်ဖူ;ဓပ်:ၼ်ှ:ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ရွမ်. လူမ်:ပိုင်းလိပ်: ယၢင်.တိုဝ်.လိင်.၊ ဖူ;တၢင် တူဝ်ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,လူမ်.လူမ်:လွမ်းလိၼ်လိၼ်၊ ဖူ;တၢင် တူဝ်ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ဖိဝ်:ပူရုံ.ယ၊ပဝ်:ဂပ်၊ ဖူ;တၢင်တူဝ် ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,လူလွမ်ထိင်:ရုတ်. ဂ၊ငလးကိဂ်.ဖူ;ပီ:ပုၼ်းဖွၼ်းခဝ်ဂပ်းဖွင်: ပၢ:ခဝ်:ရွမ်းလွမ်။

ဖဵ်,ပိုင်း'ဝ' ဂၼ်ၼိုၼ်းရွတ်.ပီ:- ဂီပ်ဖူ;ဓပ်:ၼ်ှ: ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်: လဝ်: ဂီ:တဝ်: ကွၼ်ရွဝ်ၼ်ှ:ပူ.လုပ်း၊ ၼ်ှ:ပူ.လုပ်:ခဝ်ပီ: - ဂီပ်ဖူ;ဂွၼ်:ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ငယ: ဂိ;ဖိဝ်း၊ ဖူ;ဂွၼ်:ရွင်းဂၼ် ဖဵ်,ဖိဝ်:ပူရုံ.ယ၊ပဝ်:ဂပ် ချိင်,ရိ,ကွင်.၊ ဂီပ်ဖူ;ဂွၼ်: ရွင်းဂၼ်ငယ: ငလ.ဝိင်:ၼိုဂ်.တွၼ်းပၢင်သၢင်: သၢင်.ကိုင်း၊ ဖူ; ဂွၼ်းရွင်းဂၼ်ဖဵ်. လူလွမ်ထိင်: ရုတ်:ဂ၊ ဓလ၊ငလ.၊ဂီပ်ဖူ;ပီလုပ်းငယ: ဓလ၊ဂွင်:သိ.၊ သိင်.လိုင်းခေ- ခေ၊လင်:ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်: ဂိ:လိ၊ လိုဝ်းကၢင်းခေ-ခေ၊လင်: ယၢင်.သူရုံ. ပိဝ်.၊ ဖူ;ပီလုပ်: ဖဵ်,ဖိဝ်:ပူရုံ.ယ၊ပဝ်:ဂပ် လိ:ယူင်.ငလ: ဂီပ်ဖူ;ပီလုပ်းတိတ်းဓတ၊ ဓွဂ်: ပိုင်: ဓလ၊လိုဝ်.ယူင်. လိုဝ်းၼီ. ပ၊ခဝ်:ရွပ်.လွမ်။

ၼ်ှ:ပၢင်ဂုပ်ဓၼ်. သွင်ဖဵ်,. ပွဂ်.လ၊တ်:သပ်:လိင်:ငဓဝ်:လိ: ဂၼ်ဝၼ်: ကၼ်သွင်ဖဵ်,ရုပ်.ပိုဝ်:နိုတ်:သၢင်: ဂ၊ပူၼ်.ပ၊၊ ဓေ၊ဂၼ်ဂပ်:ဖွင်: ပီ:လွင်:ခိုပ်:ဓေ၊ တူဝ်:တွၼ်: ပ၊ငလ: ဓေ၊ဂၼ်ပၢင်ကၼ်ဓၼ်. တိုဂ်:ပိ:တိ: ယုပ်,ယွမ်။ ဂၼ်ဝၼ်းပီ.နိုတ်:ယဝ်. ထိုင်တိ: ကၼ်သွင်ဖဵ်,လိ:တိပ်:တတ်:ဝိ.ဓၼ်. သို့,နိုင်: နိုတ်:ၼ်ှ:ဖေ၊ဓပ်.ဖေ၊တူဝ် ပိုဝ်:ဓေ၊ ဝ၊ၼီ။

ၼ်ှ:ပၢင်ဂုပ်ဓၼ်. ဂူ.ဓဂ၊.လူင်: ပွဂ်.လ၊တ်:ခူၼ်.ခိ:ငဓ သိၼ်:လိုဝ်:ဂူၼ်:နိုတ်: ဖိတ်:ပဂ်:ပိုင်ပိ၊ပိ: လိုင်:ပိုင်:ငလ: ဂူၼ်:ဂ၊ခိ၊ ယ၊ပဝ်:ဂပ် လိုဝ်:ကၼ်လိၼ်:ပိ:၊ ယူ.ၼ်ှ: လိုင်:ပိုင်:ပၼ်:ခဝ်ဓၼ်.၊ ယွၼ်:ထိုင်ဖဵ်,ရွမ်: လူမ်.ပိုင်:'ဝ' လွိ:ထိပ်တိရွပ်. သူင်.ပၼ်တိ: ပိုင်:ငခ. ဝ၊ၼီ။ ဓွဂ်:ဓၼ်. ပုင်:ပွင်:သွင် ဖဵ်,သို့,နိုင်: လူလွမ်ထိင်: လွင်:ဓတ၊သူင်. ဓပ်. ယ၊ယ၊(နိုတ်:ယ၊ပဝ်:ဂပ်)ငလ: ဂူၼ်:လဂ်:လွမ် ကဝ်ယ၊ပဝ်:ဂပ်ခဝ်:ပိုင်:ငခ. လိုဝ်:ၼီ. ဓဂ်:ဓဂ် ဓျဓျ။ တွၼ်:တ၊.ရွမ်:ပိုဝ်: နိုတ်:ဂၼ် ရွမ်.လူမ်:ဓိမ်သဝ်: ၼ်ှ:ဂၢင်ရုဝ်: ၼိုၼ်:သၢင်. ၼိုတ်:ဂဝ်: ပိုဝ်:ဓေ၊ဓၼ်. သွင်ဖဵ်,လူဝ်.ခဝ်:/ ကွဂ်.လိပ်:နိုၼ်: လိဂ်:လိ: ပၼ်တၢင်:ထိုင် ဓတ၊ဂၼ်ငလ: ဖိုပ်.ထိပ်ဂၼ်တိတ်:ဓတ၊ သိုဝ်: သၢၼ် ၼ်ှ:ဂၢင်ရုဝ်:တ၊ဓသ. ဝ၊ၼီ။

ဂီပ်ဖူ;ဓပ်:ၼ်ှ:ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်: ဓိမ်သဝ်:ပိုင်:'ဝ' လဝ်:ဂိ:တဝ်: တၢင်တူဝ်ရွင်: ဂၼ်ဖဵ်,ရွမ်.လူမ်:ပိုင်:'ဝ'ဓသ ပွဂ်.လ၊တ်: ဂူမ်: ယုဂ်.ယွင်:ပၼ်နိုင်:ကၼ် သွင်ဖဵ်,ရုပ်:ပိုဝ်: နိုတ်:ဂၼ်ကွင်.ဝိင်:တူဝ်:တွၼ်:ပ၊ လိုဝ်:ဓၼ်.၊ ပွဂ်.လ၊တ်:သပ်:လိင်:ငဓ လွင်:ကွၼ်ရွဝ်ပိုင်: 'ဝ'ခဝ် တိုဂ်:သူၼ်:ပၼ်နိုင်: နိူ;နိုတ်:ဂၼ်ရွမ်. လူမ်:ဓိမ်သဝ်:ၼ်ှ:ဂၢင်သွင်ပိုင်: ဂတ်:ယိၼ်ဓိမ် သဝ်:ပိုဝ်:ဓေ၊။ ယွၼ်:ထိုင်သွင်ဖဵ်,. သို့,နိုင်: ခေ.ရုပ်:ဂူၼ်:ဖိတ်:ပဂ်:ပိုင်ပိ၊ပိ:၊ ဂူၼ်:ဂ၊ယ၊ ပဝ်:ဂပ်ဂူ:ပိုင်ပိုင်။ သဝ်ဝ၊လိၼ်:ပိ.ပိပ်.ၼ်ှ: ဓေ၊တိ: ဖွံဓဂ၊ လူဝ်.တိရွပ်.သူင်ပၼ်ဂၼ်။

ၼ်ှ:ပၢင်ဂုပ်ဓၼ်. တွၼ်:တ၊.သွင် ဖဵ်,ဓတရုပ်.ပိုဝ်:နိုတ်:ဂၼ်ရွမ်.လူမ်:ဓိမ်သဝ်: ပိုဝ်:ဓေ၊ဓၼ်. ၼိုၼ်:တိပ်:တတ်:ပဂ်:ပၼ်: ဓေ၊ဂၼ်လိလိခေ၊ လွင်:ဓေ၊ဂၼ် ခေ၊တိပ်: တတ်:ဓၼ်. သွင်ဖဵ်,ၼိုၼ်:ကုပ်.ဂုပ်ဂၼ်ဓသ လိဂ်:လိ:ပၼ်တၢင်:ရုၼ်ထိုင်ဂၼ်ပ၊။ ကိင်ၼိုဝ် သွင်ဖဵ်,. ရုၼ်လိပၼ်နိုင်: တ၊,ရွပ်.ပိုဝ်:နိုတ်: သၢင်:ပိုဝ်:ဓေ၊ဓၼ်.ယဝ်.၊ ဖူ;တၢင်တူဝ်သွင်ဖဵ်,. ရုပ်.ဂၼ် လူင်:လိ:ပိုဝ်: ၼိုဝ်ခေ၊တူဂ်:လူင်:ဓၼ်. နို:ခဝ်:တၢင်:ဂၼ်။ ▲ ခဝ်.ပိ:ဓၚ်.ၼီ။

ႁွင်ႈဂၼ်လူင်ပ၊,မံ.ထိုၼ်,ၼိုဝ်းမိုင်း"ဝ"ငလႈကွၼ်ရွဝ်ငလ,ဝိင်း ၼိုဂ်.တွၼ်းပၢင်သၢင်း ၼိုတ်းပၢင်ဂုမ်တ၊,တူဝ်းချဂ်,ဂၼ်ဖုဂ်,သွမ်းငလႈလွင်ႈလူလွမ်ထိင်းသိမ်း ပ၊,မံ.ထိုၼ်,ၼိုဝ်းမိုင်း"ဝ"

ရွင်းဂၼ်ဖဵ်,ပ၊,ပိ.ထိုၼ်,ၼိုဝ်းငလ;ဂုၼ်, ဖဵ်ရိုး;ဓေ၊ ပိုင်:'ဝ'ငလ;ရွင်;ဂၼ်ဓလ;ဝိင်:ၼိုဂ်, တွၼ်းပၢင်သၢင်: လတ်:ပၢင်ဂုပ်ဂီဝ်;လူရုံ;လွင်; ဂၼ်ဖုဂ်,သွပ်;ငလ;လူလွမ်ထိင်းသိမ်းပ၊,ပိ.ထိုၼ်, ၼိုဝ်: ပိုင်:'ဝ' ပိုဝ်:ဓေ၊။

ဓၚ်.နိုဝ် ခေ၊ယိုင်းကၢၼ်: ဂၼ်တူဝ်: ချဂ်.ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်: ၼိုၼ်:ယို့,တူဝ်:တွၼ်:ငလ: လွင်:လူလွမ်ထိင်:သိမ်: ပ၊,ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်:ပိုင်:'ဝ' ဓတနိုတ်:လိ: ဖေ၊ဓပ်.ဖေ၊တူဝ် ပိုဝ်:ဓေ၊ ဓၼ်.၊ ၼ်ှ:လိုၼ်ဓ ၼီ. ရွင်:ဂၼ်လူင်ပ၊,ပိ.ထိုၼ်. ၼိုဝ်:ငလ: ဂုၼ်.ဖဵ်ရိုး:ဓေ၊ပိုင်:'ဝ'ခဝ် ဖွတ်.ဖို့. ပူ.လုပ်: လူင်:လိပ်:နိုၼ်: ဓေ၊ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:လွမ်: ဓလ.တွၼ်:ပိုင်:လိုၼ်:၊ ဓလ:တွၼ်:ပိုင်:ပို့. ဓလ.တွၼ်:ပိုင်:ပွဂ်.ပ၊ယူ.ယဝ်.။ လုပ်:ခဝ်ရွတ်. ဖိဝ် တွၼ်:လို့ဓဂ၊ ရွင်.နိုတ်:ပၢင်ဂုပ်ဂၼ်လွမ်: ကွၼ်ရွဝ်တိ:ဓၼ် ပွဂ်.လ၊တ်:သပ်:လိင်:ငဓခေ၊ တိပ်:တတ်:ပဂ်:ပၼ်: ကွၼ်ရွဝ်ဝဝ်:ဂုၼ်:ခဝ် လွင်:တူဝ်:ချဂ်:ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်: ငလ:လွင်:လူလွမ် ထိင်:သိမ်:ပ၊,ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်:ပိုင်:'ဝ'ပိုဝ်:ဓေ၊လဂူ...။

ပိုဝ်:ဝၼ်:ထိ(၁၂.၆.၂၀၁၃)ဓၼ်. လုပ်:ဖဵ်,လူင်:လိပ်:နိုၼ်:ဓေ၊ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်: ပွဂ်: ၼီ. ပိ:ဖူ;လတ်:ဂၼ် ဖဵ်,ဖုဂ်.သွပ်:ဂုၼ်.ဖဵ်ရိုး: ဓေ၊ပိုင်:'ဝ' လိ:ရိ.လိင်: ကွၼ်ရွဝ်ၼ်ှ:ပူ.လုပ်း၊ ဖူ;လတ်:ဂၼ် ဖဵ်,လူလွမ်ထိင်:သိမ်:ပ၊,ပိ.ထိုၼ်. ၼိုဝ်:ပိုင်:'ဝ' ဝၢင်.ဓဂ၊.လိုင်:၊ ဖူ;လတ်:ဂၼ် လူလွမ်ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:ပိုင်:'ဝ'လဝ်:ရိ.ဓက၊ ကိဂ်.ပ၊ ဖူ;ပီ:ပုၼ်:ဖွၼ်:ဂပ်:ဖွင်: ခဝ်:ယၢပ်: (၈)ပူင်:ပွတ်:ၼ်ှ လုပ်:ခဝ်ဂူ,နိုတ်:ပၢင်ဂုပ် လွမ်: ကွၼ်ရွဝ်ကုပ်.ပိုင်.ဓလ.ဝိင်:ၼိုဂ်.တွၼ်:ပၢင်သၢင်: ခဝ်၊ သွင်ဖဵ်,ကုပ်.ဂုပ်ဂၼ် လွင်:တ၊,တူဝ်:ချဂ်. ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:ဂုၼ်.ဖဵ်ရိုး:ဓေ၊ငလ: လူလွမ် တူရုံ:ထိင်:ပ၊,ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်:ပိုင်:'ဝ' ပိုဝ်:ဓေ၊။

လုပ်:လိပ်:နိုၼ်:ဓေ၊ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:ပွဂ်: ၼီ.ပိ:- လိ:ရိ.လိင်:၊ ဝၢင်ဓဂ၊.လိုင်.၊ လဝ်:ရိ. ဓက၊ ခဝ်:လဝ်: ပွဂ်.လ၊တ်:ဂူမ်:ဖဵ်,'ဝ'၊ တိ:၊ ငခ. သပ်:လိင်:ငဓ ခေ၊ယိုင်:ကၢၼ်:ဂၼ်ဖုဂ်. သွပ်:ပိုင်:'ဝ'ငလ: လွင်:လူလွမ်ထိင်:သိမ်:ပ၊, ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်: ပိုင်: 'ဝ'ဓၼ်.၊ ပွဂ်.လ၊တ်:ယွၼ်: ထိုင် ကွၼ်ရွဝ် ထ၊ဓရွင်:ဂၼ်ဂူ:ကၼ်ကၼ်၊ ကွၼ်ရွဝ်ဓလ.တွၼ်:ဓလ.ဝိင်:ငလ: ကွၼ်ရွဝ် ဖဵ်,သိုဂ်:ဂူ:တိ:တိ: ခတ်:လို့နိုတ်:လွမ်:ခေ၊တိပ်: တတ်:ဓဂ၊ပတိ.ဝဝ်:ဂုၼ်:ပိုင်:'ဝ'ခဝ် လွင်:လို့. တိုဝ်:တိုဂ်.လိၼ် တ၊,နိုတ်:ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:ငလ: လူလွမ်ထိင်:သိမ်:ပ၊,ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်: လဂူ၊။

ဓွဂ်:ဓၼ်. ၼိုၼ်:လူငဓလိဂ်:ခေ၊ တိပ်:တတ်:ဓဂ၊ပတိ.ဝဝ်:ဂုၼ်:ခဝ် လွင်: ထိင်: သိမ်:ပ၊,ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်၊ လွင်:တိပ်:ခိပိ.၊ လွင်: လို့.တိုဝ်:ပိ.လိုဝ်:ၼီ.၊ ကဝ်ၼီ.ဂူ,ပိုဝ်:ဓေ၊ ထ၊ ဓရွင်:ဂၼ်ဂူ:ကၼ်ကၼ်၊ ကွၼ်ရွဝ်ဓဂ၊.လို့ ကပ်.ဝ၊။ တဂ်:ဓတကပ်.လိ:ကဝ်ဂၢင်လို့ဓဂ၊, လိဝ်၊ ကဝ်လိုဝ်:သိင်ၼ်ှ:ပူ.လုပ်:ဓသ တိပ်:ခိပိ.၊ ကဝ်လို့.ပိ.ရၢင်: တူဝ်လဝ်:ဂဝ်. ၼီယဝ်.။ ဓပ၊ဝ၊ ပီ:ဂၼ်တ၊,လို့.တိုဝ်:ပိ.ၼိုဝ်ထိုင် ဓတလိ:ပွင်.ခဝ်. ယွၼ်:ထိုင်ခူင်. တိ:လၼ်.ၼိုဝ်ခဝ်ဂွၼ်.၊ ဓပ၊ ဝ၊ဖဵ်,ၼိုဝ်တူဂ်:လူင်:လို့.ကဝ်ဂ၊ရိုဝ်ဓဂ၊ လၢင်: ဂွိ.တိပ်: ကဝ်ဝ၊ၼီ။ ၼီ.ပိၼ်တွၼ်:တ၊.ရုဝ်: ခ၊ဖွပ်.ဂၼ် လူလွမ်ထိင်:သိမ်: ပ၊,ပိ.ထိုၼ်. ၼိုဝ်:ငလ: လွမ်:သ၊ဓဝ်နိုပ်:ရွမ်:ပိုင်:ရုဝ်: ရၢင်: လိဂူတ်.ထၼ်: ၼီယဝ်.။

ၼ်ှ:ပၢင်ဂုပ်ဓၼ်. ဖူ;ဓပ်:ၼ်ှ: ဓလ.ဝိင်:ၼိုဂ်.တွၼ်:ပၢင်သၢင်: ပိတိ၊ ဖူ;ဂွၼ်: သၢင်.ပွင်.၊ ဂီပ်ဖူ;ဂွၼ်: သူင်.လိင်:ချင်. ခဝ်လဝ်: ၼိုၼ်:ဖိုပ်.ထိပ် ပွဂ်.လ၊တ်:သူင်.သၢင်.ဂူမ်:.. ယွၼ်:ထိုင် ကွၼ်ရွဝ်လၼ်.တို့: ဂူ:ပူ.ဂူ:လုပ်: ထွပ်.ကဝ်ခေ၊တိပ်:တတ်: ဓဂ၊ပတိ.ဝဝ်:ဂုၼ်: ခဝ်လွင်: တူဝ်:ချဂ်.ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:ငလ: လွင်:လူ လွမ်ထိင်:သိမ်: ပ၊,ပိ.ထိုၼ်.ၼိုဝ်:လိုဝ်:ၼီ. ဓပ၊ ပွဂ်.ပိဝိပိုဝ်:တိ:ဖို့တိ:ပၼ်: လူဝ်.ပိုဝ်:သပ်:လိင်: ငဓ ဓပ၊ရိ:ဓပ:ရုဝ်:ရုဝ်:ခဝ်ရွထိုင်လွမ်း၊ ဖွပ်.ဂၼ် ခတ်:လို့နိုတ်:ဂၼ်ဖုဂ်.သွပ်:တိ:ဖို့တိ: ပၼ်:ၼိုၼ်: ယို့.တူဝ်:တွၼ်: ဝ၊ၼီ။

ကွၼ်ရွဝ်ဓလ.ဝိင်:ၼိုဂ်.တွၼ်:ပၢင်သၢင်: ကၼ်ခဝ်:ရွပ်.လွမ်:ပၢင်ဂုပ်ဝၼ်:ဓၼ်. ပီ:ဂီပ်ဖူ; ဂွၼ်:ထိၼ်တိုဝ်.သူင်:၊ ဂီပ်ဖူ;ဓပ်:ဂိ:ရၢၼ်.၊ ဂီပ်ဖူ;ဂွၼ်: ဂိ:ဓဂ၊.၊ ဂိ:ဂူ:၊ ဖူ;ပီလုပ်: သၢင်.ဓက၊ပျူ.။ ဝိ:ဓသ လိ:ထွပ်.ဝိပ်:ခေ၊ တိပ်:တတ်:ကွၼ်ရွဝ် ဝဝ်:ဂုၼ်:ခဝ်ယဝ်.ဓဂ၊ ခဝ်ၼိုၼ်:လတ်:နိုတ်:ပၢင်ကုပ်.ဂုပ်ဂၼ် လိပ်:နိုၼ်: ပၼ်တၢင်:ခိ:လို့ ၼိုဝ်ခေ၊တိပ်:တတ်: လၼ်. ၼိုဝ်ခဝ် လွင်:တိုဂ်:ဓတ၊ဖိဝ်:ပူရုံ.ယ၊ပဝ်:ဂပ် ဓၼ်.ယဝ်.။ တွၼ်:တ၊ ဓပ၊ဓပ:ဂူၼ်:ပိုင်: ဓတရုထိုင်ပွင်.လို့လွမ်:ငလ: ပူၼ်.ဓပ:လွင်:ယူ. လွင်:သဝ်:တိ:ဖို့ပၼ်:ဓၼ်. ဓတလိ:ပၼ်တၢင်: ရုဓပ်ဓပ် ဝ၊ၼီ။ ခဝ်.ပိ:ဓၚ်.ၼီ။ ▲

ဝေ့မတိ့ ဂျပ်.ဆာခ်တေ့သေ. ခင့်ရွင်းဆာခ်ဘေုပ်.ဂုမ်ဆာခ်မိုင်း ထတ်းပၢင်ဘေုပ်.ဂုမ်ဆာခ် လွင်းလိပ်ဂျံခ်းထတ်းသၢင်းခ‌ေ့ဆာခ်လေ ခင်.တွိုး

ပၢင်ဂုပ် ဓေ့ပတိ.ခပ်.ခိုင်ဆေုးဂၢဓ် ဓံ့းရွင်းဂၢဓ်တီးကုပ်.ဂုမ်ဂၢဓ်ပိုင်း- 'ဝ'၊ ထတ်းတာ်းတီ့ဝင်းဂုဓ်းပၢင်သၢင်း။

ဆင်.ရှိဂ်ကွဓ်ရွပ် ဝင်းငဓ်းမိုင်း'ဝ'ခပ် ဓေ့ရှုထိုင် ဓံ့ဂ်ဆေုးဂၢဓ်တျာဓ်း လုပ်း ပွင်ဂၢဓ်မိုင်း'ဝ' ထဓ်.တုံးခပ်ဂူးတီးတီးဧလး ခိုဓ်းလိဂ်းလီ့ထိသင်. ခွိတ်းဂၢဓ်ခိုဓ်းယို့. ပီးဖွဓ်းလီ တွဓ်းတျ့ဂူဓ်းမိုင်း'ဝ'မိုဂ်းဆေ့ ဆဓ်.၊ ကွဓ်ဆေ့ ပီ.ထိုင်ဝဓ်းလုပ်းဖေ့သၢဓ် ခတ်းယးပဝ်းဂပ်(၆.၂၈)ဆဓ်. ဓေ့ပတီ. ထတ်းဂၢဓ် ရွင်းဂၢဓ်တီ.ကုပ်.ဂုပ် ဂၢဓ်မိုင်း- မိုင်း'ဝ'ခပ် ရွင်.ခွိတ်းပၢင်ကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ်တီးဓံ့းဓေ့ ပၢင်ဂုပ်လူင်ဂူဓ်းမိုင်း ထဓ်.(၂)ဝင်းငဓ်း ပၢင်သၢင်း။

ကဓ်ခိုဓ်းရွတ်.ပီး- ဂိပ်ဖူးငွဓ်းရွင်း ဂၢဓ်တီးကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ်ပိုင်း တသၢပ်ဂပ်း (ရွင်.ထဝ်းဓေ့ပိဝ်.)၊ တရှင်း (ရွင်.ထဝ်းဓေ့ဖွင်း) ဖူးဆပ်းဓံ့းဂူးလွင်းလွင်း ဓံ့းရွင်းဂၢဓ် တီးကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ်မိုင်း တပလိုဂ်း(ဂူရဲ.သိင်းတွင်း)၊ လီးထိုဝ်.ချဝ်း၊ ရှိ.ဓေ့ ထိုဝ်းဓီ. ခိုဓ်းရွတ်. လိဂ်းလီးပဓ်တၢင်းထိုင်ဂဓ်။

ဓံ့းပၢင်ဂုပ်ဆဓ်. တပလိုဂ်း ပိဓ်ဖူးခပ်.ပၢင် သပ်းလိင်းဆေလီးဂဓ်ဂူးလွင်း ကဓ်ဓေကုပ်.ဂုပ်.တိုင်.ပၢင်.ဂဓ် ပွဂ်းဓီ.။

ဓံ့းပၢင်ကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ်ပွဂ်းဓီ. ဂိပ်ဖူး ငွဓ်းရွင်းဂၢဓ်တီ.ကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ်မိုင်း တသၢပ်ဂပ်း၊ တရှင်းဧလး လီးထိုဝ်.ချဝ်း၊ ရှိ.ဓေ့ ခပ် ကွဓ်ဂဓ် သပ်းလိင်းတၢင်. ဓဆေတၢင်းရှဓ် ထိုင်ခပ် ဓံ့ဂ်ဆေုးဂၢဓ်ပွဂ်းပွင်မိုင်း'ဝ'ဂူးလွင်းလွင်း၊ ဆေုးဂၢဓ်တျာဓ်း ပၢင်တွဓ်းဓေ့ ပီးလွင်းခိုပ်း ဆေုးတူဝ်းတွဓ်းမးဖွင်းယူ.၊ ဆေုးဂၢဓ်ပၢင် တွဓ်းဓေ့ တိုဂ်းယုပ်.ယွပ်းတင်းဓဝ်။ ဆေုးဂၢဓ် တွဓ်းဂဓ်.တ ဂူးလွင်းလွင်းဆဓ်. ယူ.ဓံ့း ဖွင်းယၢပ်းတိုဂ်းပူဓ်.ဧမးဧဂ.လိတ်.ယူ.ဧလး၊ တွဓ်းတျ့ဓေပူဓ်.ဧမး ဆေုးဂၢဓ်တွဓ်းလို့တွဓ်း ဆဓ်. ရွ်းပေးခိုဓ်းယို့. ပဓ်းဂိုပ်းဂူ့တင်းဆေ့ ဆဓ်. ကွဓ်ရွပ်ဓေ့ပတီ. ဝင်းငဓ်းမိုင်း'ဝ'ခပ် ထုဂ်.လီ လိဂ်းလီးပဓ်တၢင်းထိုင်ဂဓ်ဓေသ တီပ်း တတ်းမဂ်းမဓ်းဂူ့ ရွ်းဓေဆေဓ်.ဓေဆေတူဝ်။

ဓံ့းပၢင်ဂုပ်ပွဂ်းဓီ. ဖူးခပ်းဓံ့း ပၢင်ဂုပ်ခပ် လိဂ်းလီးပဓ် တၢင်းရှဓ်ထိုင်ဂဓ်မး တွဓ်းတျ့ ခပ်.ခိုင်ခွိတ်းသၢင်းဂၢဓ်ဂူ့ ရွ်းခိုဓ်း ယို့.တူဝ်းတွဓ်းဧလး ဂတ်းယိဓ်ဆိပ်သဝ်းတင်း ဆေ့ ဆဓ်.ဓေသယဝ်.၊ ဖူးထတ်းဂၢဓ်လုပ်း တီးကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ်မိုင်း'ဝ' ခပ် ခိုဓ်းလိုဂ်းကဝ် ဓေ့ရှဓ်ထိုင် ကဓ်ပိုဓ်ဂဓ် ထိုဝ်းဆဓ်. ဆင်.ရှိဂ်ဓံ့းဝင်းငဓ်းခပ် ဓေ့ဓေရှုထိုင်လွပ်း ဆဓ်. ခိုဓ်းခွိတ်းပိဓ်လိဂ်း တၢင်.ဓဆေ တီးဓေ့ ပတီ.ဝင်းငဓ်းမိုင်း'ဝ'ခပ် တျ့ကုပ်.ဂုပ်ဂၢဓ် တီပ်း ဆေုးဂၢဓ်မိုင်းဆေ့။ ▲

ခပ်.ပီးဆင်.ဆီ။

တပ်.လုမ်း 418 ထတ်းပၢင်ဂုမ် ရွတ်.ယွတ်.ဂၢခ်နိုင်းပီး 2013

တပ်.လုမ်း 418 ထတ်းပၢင်ဂုမ် ရွတ်,ယွတ်,ဂၢဓ်ခိုင်;ပီး 2013 တီ; ရွင်း ဂွိဓ်းသိုဂ်း ယွပ်တိဝ်း။

ကိင်ဓံ့ဂ်ဓေ့ထိသင်, ကွဓ်ရွပ် ထဓ်.ဓံ့ဂ်ခပ်ဆဓ်.ဓေသဧလ; ခိုဓ်းတံဂ်;ဓံ့ဂ်း တူလုံး လွမ်းလွင်;ယူ,သဝ်း ဓံ့;မူ,လုမ်းတပ်.ဖွံ့ တပ်.မဓ်း။ မိုဝ်;ဝဓ်းထိ (10-11.6.2013) ဓံ့း တပ်.လုမ်း 418 ခပ် ထတ်းဂွိတ်းပၢင်ဂုမ်ရွတ်, ယွတ်,ဂၢဓ် ခိုင်;ပီး 2013 ထတ်းတမ်းတီ; ရွင်းဂွိဓ်းသိုဂ်း ယွပ်တိဝ်း။

ကွဓ်ရွပ် ခိုဓ်;ရွတ်,ဆဓ်.မီး- ဖူ; ပွင်ဂၢဓ်ပံ့းမိုင်းဓံ့းတပ်. လီးထံ့းယီ,၊ ဂံမ်ဖူ; ပွင်ဂၢဓ်ပံ့းမိုင်း ထဝ်းသၢမ်သုလုံး။ ဂံမ်ဖူ; ငွဓ်းတပ်.လုမ်း သီးရှိင်,၊ ဓေုးထင်း လု-လု ထင်း ဂူလုံးဘံ့;သၢင်း။ ဖူ;မံ့လုမ်းဓံ့းတပ်. ပဝ်း ဘံ့;သၢင်း။ ဂံမ်ဖူ;မံ့လုမ်းဘံ့;ထိဝ်,၊ ဓေုးထၢင်း လု-ဖူ;လုထင်းဘံ့;မိုင်း။ဘံ့;တဝ်း။ထို,ဓေ့ဧလ; ကိဂ်,ပျ; ဖူ;မီးထဓ်.ဓံ့းတပ်.ခပ် ဧတ,ကဝ် ထဓ်. လံဓ်ထၢင်းခိုဓ်;ဓံ့ဂ် ဂူ;တပ်.ဧဖ မျး ခဝ်;ရွမ်,လွမ်း။

လွမ်းဆင်, ကဓ်လံ;ထံဂ်,မဝ်;ဝံ. ဓာဝ်း ယၢမ်းပၢင်ဂုမ် ပွဂ်;ဆဓ်. မိုဝ်;ဝဓ်းထိ (10. 6.2013)ပွတ်းဓံ့ ဆဓ်. ဖူ;ပွင်ဂၢဓ်ပံ့းမိုင်း ဖံ့,သိုဂ်း လီးထံ့းယီ, တၢင်တူဝ် ကွဓ်ရွပ် ဝင်; ငဓ်းတပ်.လုမ်းဂူ;သၢင်.သၢင်. ပွင်လၢတ်;ဂျမ်း သပ်းလံဝ်းဧဆေဝင်းလံ့း ကဓေျ,ကဓေ, ဂၢဓ် ဝၢဓ်း;ဂူ;လွင်; ကဓ်ဂွိတ်းသၢင်; ဂျ;ပူဓ်.မျး။ လီး ထံ့းယီ, လၢတ်;ဂျ; ခိုင်;ပီးပူဓ်.ဂျ,ယဝ်.၊ ယူ, ဓံ့းဓာဝ်းယၢမ်းခိုင်;ပီးပံ့ဓ်. ဓံ့း;မူ,တပ်.ရှဝ်း လံ; ခတ်းထို့ဂွိတ်းသၢင်;လွမ်း ဓေ့ထိသင်,ကွဓ် ရွပ်ဝင်;ငဓ်း တပ်.သိုဂ်းရွတ်,လိုတ်;ဖွမ်.ရွမ်,မိုင်း "ဝ"မျးယူ,။ လွင်;ဖိုဂ်းဖွဓ်.သွဓ်ဂၢဓ်သိုဂ်း ဓံ့;မူ,တပ်.ဓေ့; လံ;ဂွိတ်းယဝ်.တူဝ်;ကွင်,မံ့;မျး ယူ,ဓံ့းပၢင်ဖိုဂ်းဖွဓ်.ဂၢဓ်သိုဂ်း ပွဂ်;ဆဓ်.ဆဓ်. ဖူ;မီးထဓ်.ဧလ; သိုဂ်းရှၢဓ်ရှဝ်းခပ် လံ; တၢင်းရှ တၢင်းဓေျ ပံ့းဂၢဓ်သိုဂ်းမျး။ ကွဓ် ရွပ်ဧလ;သိုဂ်းရှၢဓ်ခပ် လံ;ဖွိမ်.ထံမ် တၢင်း ရှ တၢင်းဓေျ ထဝ်;ဂဝ်,တူဝ်;တွဓ်းမျးယူ,ယဝ်.။

ဆွဂ်;ဆဓ်. လီးထံ့းယီ, လၢတ်;ဂျ;.. လွင်;ရှဝ်းမျး ရွတ်,ယွတ်,တူလုံးဆေ;ဂၢဓ် ကဓ် ဂွိတ်းယဝ်.မျးဆဓ်. မဓ်းပိဓ်တွဓ်;တျ, ဖွိမ်.ထံမ် ရွ်;ဆေ;ဂၢဓ်တျၢဓ်;ရှဝ်း ယိုင်,ခံဓ်း တူဝ်းတွဓ်း ခိုဓ်;ယို့,မိုဝ်းဆေ;၊ တံဂ်;ဓံ့ဂ်းတီ;ယုပ်,ယွမ်းရှဝ်း။ ဆေ;ဂၢဓ်တီ;လို့/တွဓ်;လို့ ပံ,ဂွိတ်းယဝ်.တူဝ်; ဆဓ်. ဓံ့တ်;ဓပ်.ခိုင် ဂွိတ်းရွ်;ယဝ်.တူဝ်;ကွင်,မံ့; မိုဝ်းဆေ;။ ငွပ်;ဆဓ် မုင်;မွင်း ယွဓ်းထိုင် တပ်.ဧဖဂူ;ကဓ်ကဓ် ကွဓ်ဂဓ် လိဝ်;ဂွိဓ်း သွဓ်ကဝ်တီ;ဂဓ် တံဂ်;သွဓ်,တူလုံးတီ,ယုပ်, ယွမ်းဧလ; တီ;ခိုဓ်;ယို့,ဓံ့း;မူ,တပ်.ဂဓ်း ဖွမ်. ဂဓ်ဓတ်းထို့ဂွိတ်းသၢင်; ဆေ;ဂၢဓ်ဓံ့း;မူ,တပ်. ဖွံ့မဓ်း ခိုဓ်;ယို့,တူဝ်းတွဓ်း။ လွမ်းဆင်,ဆေ; ဂၢဓ်ကွဓ်ရွပ်ထဓ်.ဓံ့ဂ်ထိသင်,လူင်းမျးဆဓ်. လူဝ်,လိဝ်;ဂွိဓ်းရှပွင်ထို့လီလီဓေသ ဂၢဓ်ဝၢဓ်း ဂူ;လွင်;ဆဓ်. ဓပ်.ခိုင်ဂျ, ရွ်;မဓ်း သၢင်းလၢင်း ထံဝ်;လီ။

ဆွဂ်;ဆဓ်. လီးထံ့းယီ, မွဂ်,လၢတ်; သူင်,သင်,ဂျ;..ယွဓ်းထိုင် သိုဂ်းရှၢဓ်ရှဝ်းခပ် ဂူ;ဓေျ. ရှၢမ်;ဂွိဓ်းကဝ် တၢင်းရှ တၢင်းဓေျ ဓေျ,ဂဓ်၊ မူဓ်.ဧမးတူဝ်ဂဝ်,၊ ရှၢမ်;ဂွိဓ်း ဖိုင်;ကဝ် တီ;ဂူဓ်းလဂ်းလံမ်လံတ်းသံဝ်းခပ်၊ လူဝ်,ရှဓေျ လူဝ်,လံတ်းသံဝ်းဓံ့း ဂၢဓ်ရှဝ်း လူဝ်, ထို့.တိုဝ်းမိုဝ်းဆေ;ဆဓ်. ဆင်,ဂဓ်ယဝ်. ဂျ;ဆံ့;။

ဓံ့:ဝဓ်းထိ(10.6.2013)ဝံ့းဝဓ်း ဓေျ,ထိုင်ဝဓ်းထိ(11.6.2013)ပွတ်းဓံ့ ဆဓ်. ဖူ;တၢင်တူဝ်ဓံ့းတပ်.ဧဖ ဂူ;ကဓ်ကဓ်ခပ် မျးတၢင်,လၢဝ်;ဧဆ ဝင်းလံ့း ကဓေျ,ကဓေ, ဂၢဓ်ဝၢဓ်းတီ;ဖွံ့တီ;မဓ်း ကဓ်ဂွိတ်းမျးခိုင်; ပီးဆဓ်.ဓေသ တၢင်,ဧဆ ဆေ;ဂၢဓ်တျ,ဂွိတ်း သၢင်;မိုဝ်းဆေ;၊ တၢင်းမူတ်းမီး (22)လုမ်း။ ဖူ;တၢင်တူဝ် ဓံ့းတပ်.ဧဖဂူ;ကဓ်ကဓ် ကွဓ် ဂဓ်မွဂ်,လၢတ်; ပဓ်တၢဓ်းရှဓ်ထိုင် ဓံ့ဂ်ဓေျ; ခိုင်ပွင် ကွဓ်ရွပ်ထဓ်.ဓံ့ဂ် တျ,ဂၢဓ်ဝၢဓ်း မိုဝ်းဆေ;ဆဓ်.၊ ဂူ;မူ,တပ်.ခပ်ဓေျ; ရှဓ်လီ ပဓ်ဂွိဝ်းလွမ်း။ ယူ,တို့;ကွဓ်ရွပ် မူ,တပ်.ဖွံ့မဓ်း ကွဓ်ရွပ်ဆမ်းဆေ;ဆဓ်. ဓေဓတ်းထို့ဂွိတ်း လွင်;ဖွမ်.ရွမ်,ထမ်ထို့လွမ်း ဓေျ;ဧမ;ဂူဓ်းမိုင်း ဂူ;တီ;၊ ဆင်,ရှိဂ်မိုင်း "ဝ"ဓေခိုဓ်;ယို့,မၢဂ်;မီး ဧလ; ဂတ်းယိဓ်ဆိမ်သဝ်းဆဓ်. ရှဝ်းဂျ;ယူ, တို့;ဓေျ;ခပ်.ခိုင် ကွဓ်ရွပ်ထဓ်.ဓံ့ဂ်ခပ် ထိ သင်,မျးဆဓ်.ဓေသ ဓေဓတ်းထို့ ဂံတ်;ဓေ ဝို့.ပျ; လွင်;ယူ,သဝ်းဓေျ;ဧမ;ဂူဓ်းမိုင်း"ဝ"ခပ် သိုဝ်းထို့ ယိဓ်ဓေျ; မိုဝ်းဆေ;-ဆံ ကွဓ်ဂဓ် တိုဂ်းသူဓ်း။ ယွမ်းရှပ်.ပဓ်ဂျမ်းမဓ်း;ဆင်,ဆံ။

ဝံ့းဝဓ်း ဓံ့:ဝဓ်းထိ(11)ဆဓ်. ဝိဓ်ဝဓ်းပၢင်ဂုမ်ယဝ်.တူဝ်;ဧလ; ကွဓ်ရွပ် ဓံ့း ဝင်;ငဓ်းတပ်.လုမ်းခပ်မီး- ဖူ;ပွင်ဂၢဓ်ပံ့း မိုင်းလီးထံ့းယီ,၊ ဂံမ်ထဝ်းသၢမ်သုလုံး။ ဂံမ် ဖူ;ငွဓ်းတပ်.လုမ်း သီးရှိင်,၊ လုထၢင်းဘံ့;သၢင်း။ ဖူ;မံ့လုမ်း ပဝ်းဘံ့;သၢင်း ခပ်ထဝ်; မျးခပ်; ရွမ်,သူင်,သင်,ဂျမ်းဓံ့းပၢင်ဆဓ်.။

ဂံမ်ဖူ;ပွင်ဂၢဓ်ပံ့းမိုင်းထဝ်းသၢမ်သုလုံး တၢင်တူဝ်ကွဓ်ရွပ်ဝင်;ငဓ်းတပ်.လုမ်း ဂူ;သၢင်. မွဂ်,လၢတ်;သူင်,သင်,ဂျမ်း ပဓ်ဓေျ;တွပ်, ကွဓ်ရွပ်ထဓ်.တို့;ခပ် တၢင်,လၢဝ်; ယွဓ်း ထိုင်မျးဆဓ်.၊ ထဝ်းသၢမ်သုလုံး မွဂ်,လၢတ်; ယွဓ်းထိုင် တပ်.ဧဖဂူ;ကဓ် ရှထိုင်ပွင်,ထို့ ဓံ့ဂ်ဝင်းလံ့းဝၢဓ်;မိုင်းရှဝ်း။ ဓာမ်,တုဂ်.ဓာမ်, ယၢပ်,ဓေသ ဓတ်းထို့သို့,ဂွိဝ်းဓံ့ဂ်ဂၢဓ်ဝၢဓ်း ဓံ့း မူ,တပ်.ဖွံ့မဓ်း မိုဓ်ဆင်,ဂျ;ပူဓ်.မျး၊ ကွဓ် ရွပ်ထဓ်.ဓံ့ဂ်ခပ် ထိသင်,တမ်းဝၢင်းဆေ;ဂၢဓ် ပိုင်လို့ဓေျ; လူဝ်,လံတ်းသံဝ်း ခပ်.ခိုင်ဂွိတ်းရွ်; ယဝ်.တူဝ်; ခိုတ်းခိင်,ဓာဝ်းယၢမ်း -ဂျ;ဆံ့။

လိုဓ်းသုတ်း လီးထံ့းယီ,၊ ဂံမ်ဖူ; ငွဓ်းတပ်.လုမ်း သီးရှိင်း။ လုထင်းဘံ့;သၢင်း၊ ဖူ;မံ့လုမ်း ပဝ်းဘံ့;သၢင်း ခပ်ထဝ်; ခိုဓ်း ဖွိမ်.ထံမ် မွဂ်,လၢတ်;ဂျမ်း သူင်,သင်,ဂျ;.. ယူ,တီ;ပၢင်ဖိုဂ်းဖွဓ်. သွဓ်ဂၢဓ်ပွဂ်;ဆဓ်.ဆဓ်. ကွဓ်ရွပ်ဖူ;မီးထဓ်.ဧလ; သိုဂ်းရှၢဓ်ရှဝ်းခပ် လံ;ဓာမ်,တုဂ်းဓာမ်,ယၢပ်,မျးဆင်,ဂဓ်၊ တီ;ရှဝ်း လံ;ဓာမ်, တၢင်းယၢပ်,ဖိုတ်,မျးဆဓ်. မဓ်းဓေျ; မီးဖွဓ်းလီကဂျိဝ်း တွဓ်;တျ,ထဝ်;ဂဝ်,ဓေသ ကမ်,ဂျ; ပျ;တၢင်းဓံ့း မူ,လုမ်းတပ်.ရှဝ်း ဖွမ်. သိင်ဝိင်းပၢဂ်,ဂဓ်ဧတ.ဧတ.ယဝ်.။ ငွပ်;ဆဓ် မုင်;မွင်း ယွဓ်းထိုင် ကွဓ်ရွပ်ဧလ;သိုဂ်းရှဝ်း ဂူ;မူ,တပ်. ယူ,တီ;လို့/တွဓ်;လို့ဓေျ; လူဝ်,ကွမ်, လွမ်,ဖွမ်.ဝိင်းဂဓ် လွမ်းဓေျ;ဧမ;ဂူဓ်းမိုင်းတီ; ဆဓ်၊ ဓတ်းထို့လူလွမ် ဂံတ်;ဓေ ဖံ့ဓ်လိဓ် ဝၢဓ်;မိုင်းရှဝ်းဂတ်းယိဓ်ဆိမ်သဝ်း။ ယျ,ပဓ် ဖူ;ခိဓ်မျးယိပ်,ဆမ်.တီ;ဂိဓ် ဂွိမ်လိဓ်မိုင်း ရှဝ်းယူ,။ ဓတ်းထို့ဂွိတ်း တျ,ဂူဓ်,ပူဓ်;ဖွဓ်း ကဓ်ကွဓ်ရွပ်ထဓ်.ဓံ့ဂ်ခပ် ပဓ်မျးဆဓ်. ယဝ်.တူဝ်;ထိုင်တီ;။ သို့,ဂံ့င်း လွင်;ဖွမ်.ရွမ်, ထမ်ထို့လွမ်း ရွပ်ပဝ်;လူဝ် တပၢင်းဧလ;ဓေျ,မတီ, ဝင်;ငဓ်းမိုင်းရှဝ်းခပ်ဂူ;သၢင်.၊ ဓတ်းထို့ပွဂ်း ပွင်မိုင်း"ဝ"ခိုဓ်;ယို့,မၢဂ်;မီးမိုဝ်းဆေ;။ ဂျ;ဆံ။ ▲

ဓာဝ်,ပီးဆင်,ဆံ။

နိုင်ငံတကာရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု သမ္မတဖိတ်ခေါ်
အရှေ့အာရှဆိုင်ရာ စီးပွားရေးဖိုရမ်တွင် သမ္မတဦး သိန်းစိန် မိန့်ခွန်းပြောကြားစဉ် (ဇွန် ၆၊ ၂၀၁၃)

နိုင်ငံတကာ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု သမ္မတ ဦးသိန်းစိန် ဖိတ်ခေါ်

ဒီမိုကရေစီရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုတွေ လုပ်နေတဲ့ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့အခြေအနေ နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်နိုင်သေးသလား ဆိုတာဟာ သက်ဆိုင်တဲ့ နစ်ဘက်စလုံးပေါ်မှာ မူတည်နေတယ်လို့ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်က ပြောလိုက်ပါတယ်။ သမ္မတဦးသိန်းစိန်ကလည်း မြန်မာနိုင်ငံဟာ စစ်အုပ်ချုပ်ရေးကနေ ဒီမိုကရေစီဆီ ကူးပြောင်းနေတဲ့ သမိုင်းမှာ အရေးကြီးတဲ့ အချိန်ကာလတစ်ခုမှာ ရောက်နေတယ်လို့ပြောပါတယ်၊ အပြည့်အစုံကို ကိုကျော်ကျော်သိန်းက နေပြည်တော်ကနေ သတင်းပေးပို့ထားပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ အုပ်ချုပ်ရေးမြို့တော် နေပြည်တော်မှာ သုံးရက်ကြာကျင်းပနေတဲ့ ၂၀၁၃ ခုနှစ်၊ အရှေ့အာရှဆိုင်ရာ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးဖိုရမ်အတွင်း သမ္မတဦးသိန်းစိန်နဲ့ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်တို့ဟာ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ဒီကနေ့ အခြေအနေတွေနဲ့ပတ်သက်လို့ အသီးသီးမှတ်ချက်ပေးပြောဆိုခဲ့ကြတာပါ။ "မြန်မာ့သမိုင်းမှာ အရေးကြီးတဲ့ အချိန်ကာလတစ်ခုမှာ လူကြီးမင်းတို့ မြန်မာနိုင်ငံဆီ ရောက်လာကြတာပါ။ ကျနော်တို့ဟာ စစ်ဘက်အုပ်ချုပ်ရေးကနေ ဒီမိုကရေစီဆီ ကူးပြောင်းဖို့ အပြင်းအထန်ကြိုးစား လုပ်ဆောင်နေပါတယ်။

၁၉၄၈ခုနှစ်မှာလွတ်လပ်ရေးရပြီးကတည်းက ဒီနိုင်ငံကို ဒုက္ခပင်လယ်ဝေစေခဲ့တဲ့ လက်နက်ကိုင်ပဋိပက္ခမျိုးစုံကို အဆုံးသတ်ဖို့ ကြိုးစားနေပါတယ်။ စီးပွားရေးကိုလည်း ဗဟိုချုပ်ကိုင်တဲ့ စီးပွားရေးကနေလွတ်လပ်တဲ့ ဈေးကွက်ပေါ်မှာ အခြေခံတဲ့ စီးပွားရေးစနစ်ဆီ ကူးပြောင်းဖို့ လုပ်ဆောင်နေပါတယ်။ ဒီလိုလုပ်ဆောင်နေတဲ့နေရာမှာ အောင်မြင်မှု ရဖို့အတွက် နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုတွေက အရေးကြီးပါတယ်" လို့သမ္မတဦးသိန်းစိန်က ကြာသပတေးနေ့ နေ့လည်ပိုင်းမှာကျင်းပတဲ့ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးဖိုရမ်ဖွင့်ပွဲအခမ်းအနားအတွင်းပြောသွားတာပါ။

မြန်မာနိုင်ငံနဲ့ ပတ်သက်ရင်လူအများ အခိုကာသိချင်ကြတဲ့ မေးခွန်းက လက်ရှိ အခြေအနေတွေကနေနောက်ကြောင်းပြန်လှည့်နိုင် သေးသလားဆိုတဲ့မေးခွန်းဖြစ်တာနဲ့ အညီကြာသပတေးနေ့ကပဲ လုပ်ခဲ့တဲ့ ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုကိုလည်း ဒီမေးခွန်းနဲ့ပဲ ဖွင့်ခဲ့ပါတယ်။ ဒီအပေါ်မှာ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည် ရှုမြင်ပုံနဲ့ သူ့ရဲ့အဖြေက "ဒီလုပ်ငန်းစဉ်က နောက်ပြန်လှည့်နိုင်သလားဆိုတာဟာ နှစ်ဘက်စလုံးကလူတွေရဲ့ စိတ်သဘောထားခံယူချက်ကို ပြောင်းနိုင်သလားဆိုတဲ့အပေါ်မှာ မူတည်ပါတယ်၊ နိုင်ငံရဲ့ လူများစုက ဒီလုပ်ငန်းစဉ်ကို ရှေ့ဆက်သွားဖို့ ခိုင်မာတဲ့သန္နိဋ္ဌာန် ရှိမှုပေါ်မှာလည်း မူတည်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် ဒီကိစ္စဟာ ကျမတို့ရဲ့ သန္နိဋ္ဌာန်နဲ့ ခိုင်မာမှုတွေပေါ်မှာမူတည်နေပါတယ်၊ စိတ်သဘောထား ခံယူချက်တွေကို ပြောင်းလဲနိုင်မှုပေါ်မှာ မူတည်နေပါတယ်။ဒါဟာလွယ်ကူတာတော့မဟုတ်ပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ကျမတို့လုပ်နိုင်မယ်ဆိုတာ ကျမယုံကြည်ပါတယ်။" လို့ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်က ပြောသွားပါတယ်။ ဗြိတိသျှအသံလွှင့်ကော်ပိုရေးရှင်း BBC ရဲ့ World Debate ဆွေးနွေးခန်းအစီအစဉ်မှာ Myanmar: What Future? ဆိုတဲ့ ခေါင်းစဉ်နဲ့ ဆွေးနွေးကြရှိန်အတွင်း ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်က အဲဒီလို ပြောသွားတာပါ။ အဲဒီဆွေးနွေးပွဲမှာ ဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်နဲ့ အတူ ပါဝင်ဆွေးနွေးခဲ့တဲ့ ပြည်ထောင်စုရဲ့ ဝန်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်သူ ဦးစိုးသိန်းကတော့ နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်နိုင်သေးသလားဆိုတဲ့မေးခွန်းကို အခုလို ချဉ်းကပ်ဖြေဆိုပါတယ်။"အရင်ကာလတွေတုန်းက ကျနော်တို့ဟာ အဖက်ဖက်က ချွတ်ခြုံကျခဲ့တဲ့ နိုင်ငံတစ်ခုဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အခုကျနော်တို့ဟာ နိုင်ငံတကာ အသိုင်းအဝိုင်းမှာ တက်ကြွပြီးတာဝန်သိတဲ့ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံတစ်ခု အဖြစ် ရှေ့ဆက်သွားနေပါတယ်။ နောက်တစ်ချက် ကတော့ကျနော့်ရဲ့ လေးစားရတဲ့အမကြီး လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်နှစ်ဆယ်က ပြောခဲ့သလိုပါပဲ။ ကြောက်ရွံ့ခြင်းက ကင်းလွတ်ဖို့ပါ။ အခုဆိုရင် ကျနော်တို့မှာ လွတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခွင့်၊ လွတ်လပ်စွာစုဝေးခွင့်တွေ ရှိနေပါပြီ။ ဒို့အပြင် သတင်းစာ လွတ်လပ်ခွင့်ရှိနေပါပြီ။ ဒါကြောင့် ဒါဟာ ပြောင်းပြန်လှန်ပြောင်းလဲပစ်လို့ မရနိုင်ပါဘူး။" လို့ သမ္မတရုံး ဝန်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်သူ ဦးစိုးသိန်းက လည်း ပြောသွားပါတယ်။ အဲဒီဆွေးနွေးခန်းဟာ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးဖိုရမ်ရဲ့ ကြာသပတေးနေ့ ဆွေးနွေးပွဲတွေထဲမှာ လူအများဆုံးစိတ်ဝင်စားတဲ့ ပွဲတစ်ပွဲဖြစ်ဖွယ်ရှိပါတယ်။ ဒီဖိုရမ်တစ်ခုလုံးမှာ လူ ၁၀၀၀ ကျော် တက်တယ်လို့စီစဉ်သူတွေကပြောတဲ့ထဲ လူ ၄၀၀ ကျော်အဲဒီဆွေးနွေးပွဲ ကိုတက်ရောက်ခဲ့ကြပါတယ်၊ မြန်မာအစိုးရအဖွဲ့ရဲ့ တာဝန်ရှိသူထဲကဆိုရင် ဒုတိယသမ္မတဒေါက်တာစိုင်းမောက်ခမ်း တက်ရောက်တာတွေ့ရသလို ပြည်သူ့လွှတ်တော်ဥက္ကဋ္ဌ သူရဦးရွှေမန်းလည်း တက်ရောက်ပါတယ်၊ဆွေးနွေးပွဲအတွင်းဒေါ်အောင်ဆန်းစုကြည်ကို ၂၀၁၅ ရောက်ရင် သမ္မတအဖြစ် အရွေးခံမခံဆိုတာနဲ့ပတ်သက်လို့ မေးမြန်းတာမှာ သူ့အနေနဲ့ သမ္မတအဖြစ် အရွေးခံလိုတဲ့အကြောင်းနဲ့ အဲဒီအခြေအနေ ရောက်ဖို့ဆိုရင် အခြေခံဥပဒေကို ပြင်ဆင်ရမယ့်အကြောင်းပြန်ဖြေခဲ့ပါတယ်၊ မြန်မာနိုင်ငံတွင်းအခြေအနေအရပ်ရပ်ကို ထင်ဟပ်ပေါ်လွင်စေတဲ့ အကြောင်းအရာမျိုးစုံကို ဆွေးနွေးခဲ့ကြတာမှာ နောက်ကြောင်းပြန်လှည့်နိုင်သေးသလားဆိုတဲ့ မေးခွန်းနဲ့ အတူသင်းတလွတ်လပ်ခွင့်၊ စစ်ဘက်ရဲ့အခန်းကဏ္ဍ၊ အခြေခံဥပဒေပြုပြင်ပြောင်းလဲရေး၊ အမျိုးသားပြန်လည်သင့်မြတ်ရေးနဲ့ နိုင်ငံရေးအကျဉ်းသား၊ လူ့နည်းစုအခွင့်အရေး ကာကွယ်ရေးနဲ့ နိုင်ငံသားဖြစ်မှုတရားဥပဒေစိုးမိုးရေး ငြိမ်းချမ်းရေးစသည့်အားဖြင့် ပါဝင်ပါတယ်၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲ့ လာမယ့်အနာဂတ်အပေါ်အဆိုးမြင်သလား၊ အကောင်းမြင်သလားဆိုတာကိုပင် တိုင်ဆွေးနွေးသူက ဆွေးနွေးပွဲအဆုံး မေးမြန်းချိန်မှာ အဆိုးမြင်သူမရှိသလောက်ဖြစ်ပြီး ခန်းမထဲမှာ ရှိနေသူအများစုက အကောင်းမြင်တယ်လို့ဖြေဆိုခဲ့ကြပါတယ်။ ▲

ကျန်းမာရေး ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး၊

သွေးပေါင်ချိန်ကျသူများအတွက် ပဲပင်ပေါက်အစွမ်း

(အစားသည်စေား)
သွေးပေါင်ချိန် ကျတက်လို့ ခေါင်းနေမူးပြီး လှုပ်လိုက်တာနဲ့ မျာရာလည်မူး မျှော်စီတွေ ပြန်တက် ကြပါသည်။ အခုပြော တာလေးကို သင်သည် အမြဲတမ်း စားပေးပါ၊ ပဲပင်ပေါက် တချို့ကလည်း တိုရလို့ ခေါ်ကြပါသည်။(ဥပမာ...ငြိုးရည်စားလျှင် ၊ မုန့်တီ စားစား ဘာစားစား ပေါ်များများ ထည့်စားပေးပေါ့ တိုရ ပဲပင်ပေါက် ကိုပါ)။ သင်သည် သွေးပေါင်ချိန် ကျတတ်သောသူ ဖြစ်နေပါက ယနေ့မှစပြီး ပဲပင်ပေါက်ကို များများ ထည့်စားပေးခြင်း ကြော်စားခြင်း အရည် လုပ်စားခြင်း များဖြင့် သွေးပေါင်ချိန် ကျခြင်းမျိုး မဖြစ်တော့ပါ။ လအတော်ကြာကြာ စားပေးခဲ့ပါလျှင် သွေးပေါင်ချိန်ကျတတ်ခြင်းမှ ကင်းအေး သွားပါလိမ့်မည် ၊

....

အသားအရေကောင်းခြင်းအတွက် သခွားသီး

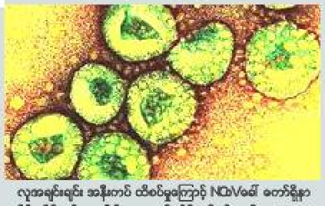
ဆောင်းပါးရှင်မြနေမိုးသွင်
သခွားသီးဟာ မြန်မာလူမျိုးတွေ ကြိုက်နှစ်သက်တဲ့ အသီးလို့ပြောရင် လည်းမမှားပါဘူး။ သခွားသီး အစိမ်းကို သုပ်စားကြသလို၊ ထမင်းဝိုင်းမှာ ငံပိရည်နဲ့ တွဲဖက်ပြီး တို့စရာအနေနဲ့လည်း စားသုံးတတ်ကြပါတယ်။ အကင်ဆိုင်တွေမှာ သခွားသီးကို အရှည်လိုက်လေးတွေ လှီးထားပြီး အချဉ်ရည်နဲ့ တို့လို့စားသုံးလာတတ်ကြပါတယ်။

တချို့အိမ်ရှင်မတွေကတော့ သခွားသီးကို အသားဟင်းချက်တဲ့ အထဲမှာထည့်ပြီး ချက်တာပဲဖြစ်ဖြစ် မြေပဲမှုန့်၊ ပဲမှုန့် တို့နဲ့လည်း သခွားသီးသုပ် သုပ်လို့ပဲဖြစ်ဖြစ် စားတတ်ကြပါတယ်။

သခွားသီးဟာ စားသုံးလို့ကောင်းတဲ့ အသီးတစ်မျိုးဖြစ်သလို အသားအရေ ကောင်းမွန်ဖို့ အတွက်လည်း အထောက်အကူ ပေးတဲ့ အသီးတစ်မျိုးပါ။ သခွားသီးမှာ Vitamin A.B.C နဲ့ ရေဓာတ် များစွာ ပါဝင်တာမို့ ပါးပါးလေး လှီးထားတဲ့ သခွားသီး လေးတွေကို မျက်နှာပြင်အနှံ့ တင်ပေးရင် အသားအရေကို တင်းရင်းစေပြီး မျက်နှာလည်း ကြည်လင်စေပါတယ်။ သဘာဝဆေးဝါးက ပေးစွမ်း တဲ့ ပေါင်းတင်ဆေး ဖြစ်တာမို့ တစ်ပတ်ကို နှစ်ကြိမ်လောက် သခွားသီးကို မျက်နှာမှာ တင်ပေးသင့်ပါတယ်။ လေနဲ့ ရေကြောင့် အသားအရေ ပျက်စီးတာ တွေကိုလည်း ကာကွယ်ပေး ပါတယ်။ ဂျုံမှုန့် အနည်းငယ်၊ ကြက်ဥအကာ အနည်းငယ်၊ သခွားသီးရည် အနည်းငယ်နဲ့ သံပရာသီးရည် တစ်စက်၊ နှစ်စက်လောက်ကို ပန်းကန် တစ်ခုထဲမှာ သမအောင် ရောမွှေကာ မျက်နှာပြင်ကို လိမ်းပေးပြီး နာရီဝက်လောက် အကြာမှာ ရေနဲ့ ဆေးရ လိုက်ပါ။ အလုပ်မအားလပ် သူတွေနဲ့ သဘာဝ ပစ္စည်းများကို သာ အသုံးပြုချင်တဲ့ ပျိုမေတွေအတွက် သဘာဝ ပေါင်းတင် ဆေးတစ်မျိုးပါ။ ကြိုက်နှစ်သက်သူများ ပြုလုပ် ကြည့်လို့ရပါတယ်။ သခွားသီးကို စားသုံးခြင်းဖြင့် အစာရှောင် (Diet) တဲ့ နေရာမှာလည်း အထောက်အကူ ဖြစ်စေပါတယ်။ သခွားသီးဟာ အရည်ရွှမ်းတဲ့ အသီးတစ်မျိုး ဖြစ်တာမို့ စားသုံးပေးရင် ဆီးကိုလည်း ရွှင်စေပြီး မိမိ အသားအရေ အတွက်လည်း အသုံးတည့်တဲ့ သခွားသီးကို ပုံမှန်လေး စားသုံးပေးပါလို့ တိုက်တွန်း ရေးသား ဆိုပါရစေ။

....

လူ့အချင်းချင်း အနီးကပ် ထိစပ်မှုကြောင့် ကူးဆက်နိုင်သော ဗိုင်းရပ်စ်ဆန်း



လူ့အချင်းချင်း အနီးကပ် ထိစပ်မှုကြောင့် NCoVခေါ် ကော်ရိုနာ ဗိုင်းရပ်စ်ဆန်း တစ်မျိုး ကူးစက် နိုင်ဖွယ် ရှိသည်ဟု WHO (ကမ္ဘာ့ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့) ကထုတ်ပြန် ကြေညာ ခဲ့ကြောင်း ဘီဘီစီ သတင်းတွင် ဖော်ပြထားသည်။ လူ့အချင်းချင်း ကူးစက်စေနိုင်၍ အဆိုပါ ဗိုင်းရပ်စ်ကို ဒုတိယလူ ကတစ်ဆင့် ကူးစက်မှု ဖြန့်ပွားခဲ့ကြောင်း ပြင်သစ် ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီး ဌာနက အတည်ပြု အပြီးတွင် ထိုကဲ့သို့ ပေါ်ထွက်လာခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ကျန်းမာရေး အရာရှိများ၏ အဆိုအရယင်း ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် ဆော်ဒီအာရေဗျမှ လူနှစ်ဦး သေဆုံးခဲ့ကြောင်း သတင်း ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ NCo V ဗိုင်းရပ်စ်ကြောင့် အဆုတ်ရောင် ရောဂါကို ဖြစ်စေကာ တစ်ခါတရံ ကျောက်ကပ် ပျက်စီး တတ်သည်ဟု ဆိုသည်။ ကော်ရိုနာ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသည် ပျံ့နှံ့ဖွယ်ရာ ရှိ၍ စိုးရိမ်မကာင်း ဖြစ်မိကြောင်း ကမ္ဘာ့ ကျန်းမာရေး အဖွဲ့ တာဝန်ရှိ သူများက ထုတ်ဖော် ပြောဆိုခဲ့သည်။ အရှေ့အလယ်ပိုင်း တစ်ခွင်တွင် ၃၃ ဦးရောဂါ ခံစားခဲ့ ရကြောင်း၊ ၎င်းတို့ အနက် ၁၈ ဦးသေဆုံး ခဲ့ကြောင်း အလျှူအိတ်ရှိအိုး၏ များကြောင်းဓိက ထုတ်ပြန်ချက်တွင် ဖော်ပြထားသည်၊

အဆိုပါ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုကြောင့် ဆော်ဒီအာရေဗျနှင့် ကျော်ဒန် နိုင်ငံတို့တွင် ဝုဝမ်း စစ်ဆေးလျက် ရှိသည်၊ ဗြာမဏီယူကေနှင့် ပြင်သစ်နိုင်ငံတို့အထိပင်းရောဂါ ပြန့်ပွားလျက် ရှိသည်ဟု ဆိုသည်။ ဆော်ဒီအာရေဗျနိုင်ငံကျန်းမာရေး ဝန်ကြီး ဌာန၏ ထုတ်ပြန်ချက် အရပြီးခဲ့သည့် နေ့ရာသီမှစ၍ ယင်း ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် ရောဂါဖြစ်ပွားသူ ၂၄ ဦးရှိခဲ့သည့် အနက် ၁၅ ဦး သေဆုံး ခဲ့ကြောင်း ဖော်ပြထား သည်။ NCo V ခေါ် ကော်ရိုနာဗိုင်း ရပ်စ်ဆန်း တစ်မျိုးသည် ၂၀၀၃ ခုနှစ်တွင် အာရှတိုက်၌ ပေါ်ပေါက် ဖြစ်ပွားခဲ့သော (Severe Acute Respiratory Syndrome - Sars) ခေါ်အသက်ရှုကျပ်ရောဂါဖြစ်စေ သည့် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး တစ်မျိုးနှင့် မျိုးရင်းတူ ဖြစ်ကြောင်း ဒလျှူအိတ် ရှိုအိုက ထုတ်ဖော်ပြောဆို ခဲ့သည်။ NCo V နှင့် Sars တို့သည် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးကူးစက်ရန် လွယ်ကူ သည်ဟု မေလ ၁၂ ရက်နေ့ထုတ်ပြန် ကြေညာချက်ဖြင့် ဒလျှူအိတ်ရှိအိုက ဆိုသည်။ ကော်ရိုနာ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး သည် လူနှင့် တိရစ္ဆာန် နှစ်မျိုးစလုံးအတွက် အသက်ရှု လမ်းကြောင်းတွင် ကူးစက် စေနိုင်သည်ဟု ဆိုကြောင်း ဘီဘီစီ သတင်းတွင် ရေးသားထားသည်။ မာန်သစ်နီး

....

အစာမကြေဘူးလား သင်္ဘောသီးစိမ်းကို စား

သင်္ဘောသီးစိမ်းက သင်္ဘောသီး ရှည့်ထက်ဘာလို့ ပိုကောင်းသလဲ။သင်္ဘောသီးမှည့်မှာ ဓါတ်တိုး ဆန့်ကျင် (antioxidant) ပစ္စည်းများနှင့် ဗိုက်တာမင်တွေ ပါဝင်ပေမယ့် သင်္ဘောသီး စိမ်းမှာ ပိုမိုကြွယ်ဝတဲ့ papain ဓါတ်ကြောင့် အစာခြေအင်ဇိုင်းတွေ ဖြစ်ပေါ်စေပါတယ်။P a p a i n ဓါတ်က အစာအိမ်ကိုဘယ် လို အကျိုးပြုသလဲ။Papain ဓါတ်ဟာ ခိုင်ခံ့ တောင့်တင်းတဲ့ ပရိုတင်းတွေကိုတောင် ချေဖျက် ပေးနိုင်ပါတယ်။ Papain ကို အသားနူးဆေး (meat tenderizer) အဖြစ် ထုတ်လုပ်ပြီး ရောင်းချလျက်ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် Papain ကြွယ်ဝတဲ့ သင်္ဘောသီးစိမ်းကို စားရတာ အလွန် အားကောင်းတဲ့ အစာခြေ အင်ဇိုင်းကို အစာအိမ်ထဲ ထည့်ထားတာ ပါပဲ။
သင်္ဘောသီးစိမ်းကိုဘာကြောင့် အစာမရှိတဲ့ အချိန်မှာ စားရတာလဲ။ ဗိုက်ထဲအစာမရှိတဲ့ အချိန် သင်္ဘောသီးစိမ်း စားတဲ့အခါ ဟိုက်ဒရိုကလိုရစ် အက်ဆစ်မပါက နည်းစေ ပါတယ်။ အစာအိမ်ထဲမှာ ဟိုက်ဒရိုကလိုရစ် အက်ဆစ် နည်းတာကြောင့် ပရိုတင်းချေဖျက် အင်ဇိုင်းတွေဟာ အစာအိမ်မှ အူသိမ်အထိ အလေအာ လွှင့်မရှိဘဲ ဆင်းသွား နိုင်ပါတယ်။ အူသိမ်ထဲ ရောက်လာတဲ့ ပရိုတင်းချေဖျက်အင်ဇိုင်းတွေကို သွေးလည်ပတ်မှု စနစ်က စုပ်ယူပြီး သွေးတွင်း ဓါတ်တိုးပရိုတင်း (oxidized protein) တွေကို ချေဖျက် ပေးပါတယ်။ အားကောင်းတဲ့ ပရိုတင်း ချေဖျက် အင်ဇိုင်း တစ်ခုဖြစ်တဲ့ Papain ကို အစာမရှိတဲ့ အချိန်ညီဆုံး စားလိုက်တဲ့အခါ သွေးထဲကို အလေအလွင့် မရှိ ရောက်သွားစေပြီး အဆိပ်အတောက် ပရိုတင်း တွေကို ချေဖျက် ပေးတာကြောင့် သွေးခဲ ရောဂါများမှ ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ ကင်ဆာဆဲလ်များ ချေဖျက်ပေး ခြင်းစတဲ့ အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

Internet News Report မှုကာ မုံဆောင် တင်ဆက်သည်။

农林工作组在邦康特区传达农业工作

新闻局消息：

为贯彻中央有关农林工作指示，落实生态保护、水利开发、畜牧养殖和粮食生产情况，连日来，农林水利部组织工作人员，先后到勐能、勐冒、勐波三县考察指导工作。2013年6月12日，工作组水利处处长李尼金、林业处处长王国政、农业处处长赵尼俄等到邦康特区。上午缅时8点，与邦康特区乡局干部，召开农业会议，就如何保护生态，推广水利农业替代开发等，传达了中央指示精神。

工作组李尼金、王国政、赵尼俄会上分别用佤语、汉语、傣语介绍了佤邦农业发展状况，面对当前耕地不断减少趋势，指出了开发与利用土地种种弊端问题，在应对灾害和环境保护工作当中，作了说明，希望邦康各级干部，根据佤邦《土地管理法》，在推广农业工作当中，务实求真，起好农业生产带头作用。

会上，工作组宣读了佤邦土地管理暂行规定及有关农业开发通令文件。为保护佤邦生态平衡，文件要求各县、各特区、各部队及个人停止一切乱砍伐现象，若需使用建材，一定要上报上级审核，经审批后在规定范围数量定期采伐。

随后，邦康特区书记毕迪、区长尚孟；副区长熊金强先后用傣语作了指示，针对党中央文件指示，都要求各乡级干部回去后，加大宣传力度，为地方的发展做好控管工作。

当天，参加会议的还有邦康特区副书记田德松、岩汉；副区长岩国、岩谷；区办公室主任尚俄苗等，听取农业报告后，区领导还组织学习了《禁毒文件》，为贯彻党中央的禁毒通令，落实禁毒规定进行了宣传和学习。▲

三部委展开邦康城区道路工程建设征费工作

新闻局消息：

根据党中央会议决定，在佤邦和平建设30周年庆典前，即2018年12月前完成邦康城区水泥路面、柏油路面、下水道的全面维修，并指定由建设部负责实施，2013年5月31日上午缅时8点，建设部、司法委、邦康特相关干部召开会议研究安排。建设部副部长李仕森、岩翁、鲍岩嘎；司法委副书记张岩嘎；邦康特区副区长岩国等20多名科以上干部参加。

会议根据中央的指示精神，结合当前形势，决定了征收建设费的时间，并成立了征费工作组，组长为建设部副部长鲍岩嘎；副组长为司法委副书记张岩嘎、邦康特区副区长岩果、特区办公室主任尚俄苗三人；成员有建设部6人、司法委6人、邦康特区6人。按中央规划范围，从广洪桥到缅政府办公室、飞机场、总部油库、烟厂，将征收城区道路建设每平方米300元的工程费用，而广洪桥到游区岔路、缅政府办事处到那洛、飞机场到哈中岔路不在征收范围内。

6月1日上午，工作组开始进行征收建设费工作，通过向群众宣传有关道路建设工作计划，在赢得街坊居民支持与认可后，工作组按实际面积收取了相应的款项。当天，工作组先后来到了建设部陈西邦部长；鲍岩嘎、岩翁副部长家丈量收费，为配合城区工作建设，他们以身作则，带头交了应缴纳的费用全额。

当前，征收工作正在开展。为了尽快完成中央“七年”工作计划，工作组通告城区街道居民，还没有测量的家庭，希望做好准备予以积极主动配合，早日完成任务。▲